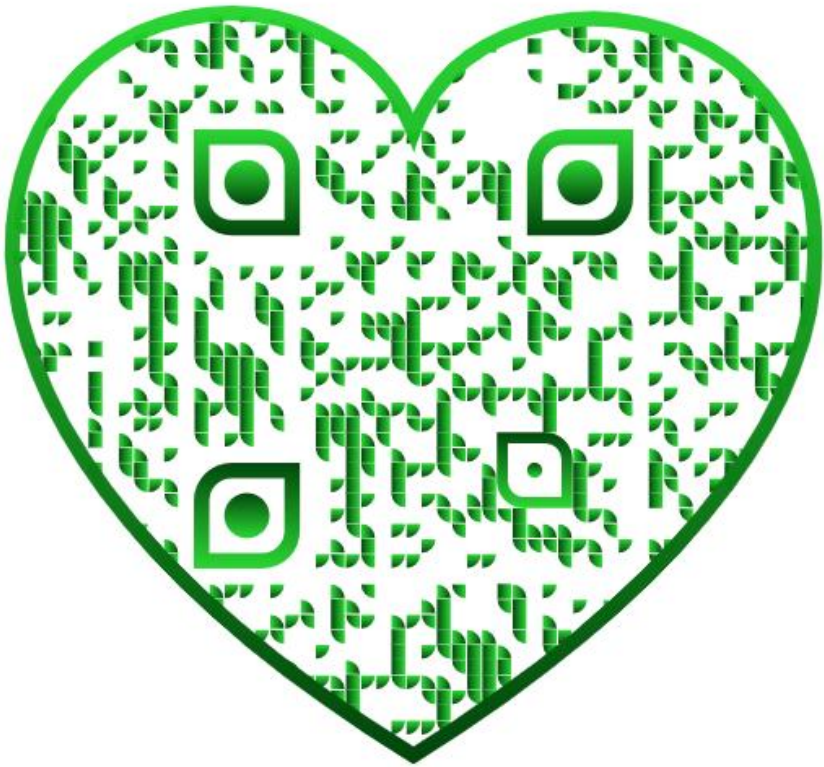
Josee Patenaude

La pendule de la vie et de la mort

Les éditions persée



Josée Patenaude
La pendule
de la vie
et de la mort
Les éditions
persée

La pendule de la vie
et de la mort

Josée Patenaude

La pendule de la vie et de la mort

Roman (tiré de faits vécus)

Éditions Persée

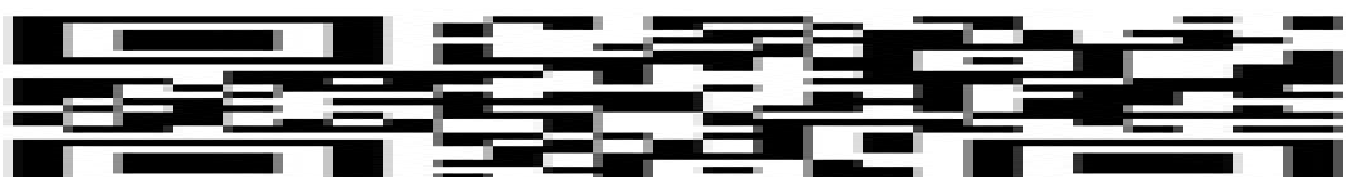
Ce livre est une œuvre de fiction. Les noms, les personnages et les événements sont le fruit de l'imagination de l'auteur et toute ressemblance avec des personnes vivantes ou ayant existé serait pure coïncidence.

Consultez notre site internet

© Éditions Persée, 2023

Pour tout contact :

Éditions Persée – Centre Chester Carlson
ZAC du Moulin des Landes – 2 rue Gutenberg,
44980 Sainte-Luce-sur-Loire
www.editions-persee.fr



Je dédie ce livre à mon conjoint et mes enfants qui ont vécu en partie avec moi ces drames. Je remercie mon conjoint d'avoir été mon roc et un support émotionnel constant au cours de ces vingt années de vie commune. Je remercie mes enfants pour l'amour qu'ils me donnent et qui remplit ma vie.

Je remercie ma mère, qui n'est plus des nôtres, pour sa présence tout au long de sa vie et au delà. De ton vivant, tu m'as toujours encouragée dans mon rêve de devenir écrivaine.

Je remercie mon père pour sa présence constante dans ma vie et pour ses nombreuses heures de dévouement, ainsi que son soutien en lien avec la publication de ce roman.

Je remercie ma sœur pour son appui et son temps pour mes projets d'écriture, incluant ce roman. Elle est ma meilleure amie et ma confidente.

Je tiens à remercier aussi mon oncle Richard Patenaude pour l'illustration en page 130.

L'annonce

2010.

J'entre au bureau comme tous les jours de la semaine et ouvre mes courriels.

Un courriel convoque tous les employés à une rencontre obligatoire d'urgence…

— Qu'est-ce qui se passe ? chuchotent plusieurs employés.

— Il doit y avoir un décès, c'est habituellement le genre de courriel qu'on reçoit des Ressources humaines, suggèrent certains.

Assis dans la salle de conférence, l'atmosphère est lourde de son silence.

On ressent l'impatience et la peur entremêlées d'inquiétude face au sérieux de la convocation officielle. Devant nous se tient un représentant des Ressources humaines avec un inconnu vêtu en tenue professionnelle.

— Bonjour à tous. Nous avons avec nous ce matin un représentant du Programme d'aide aux employés afin de nous soutenir dans ce moment difficile.

Prenant une pause et une grande respiration, le représentant des Ressources humaines poursuit…

— Nous avons le regret de vous annoncer le décès de… qui s'est enlevée la vie

hier.

Les gens restent bouche bée et des commentaires fusent de toute part.

— Quoi ! Elle était toujours souriante, de bonne humeur, farceuse.

Je vois dans mes souvenirs cette femme extravertie, un peu comédienne, que tous les employés connaissent par son dynamisme évident. C'est la dernière personne à qui j'aurais pensé… Je suis sous le choc.

Les pleurs, les commentaires montent dans la salle comme une vague.

Certains partagent leurs commentaires de façon générale dans la foule.

— Ça se peut pas… elle était toujours de bonne humeur…

— Mais pourquoi ?

— Mais comment ?

— Le *Comment* n'est jamais transmis dans l'annonce, commence le thérapeute du service d'aide aux employés.

— C'est très fréquent que le suicide soit commis par quelqu'un qui porte une façade, comme si on s'attendait à ce que cette personne soit toujours drôle, de bonne humeur… Et lorsque cette personne souffre, elle ne se donne pas le droit, ou n'a pas les mots, pour aller chercher de l'aide, poursuit celui-ci.

— Je serais disponible pour les prochaines heures pour des rencontres individuelles. Souvent, une nouvelle comme celle-là éveille d'autres deuils en nous. Vous pouvez venir me voir même si cela n'est pas en lien avec votre collègue.

Dans les couloirs, les gens continuent de chuchoter leurs pensées, encore sous le choc…

Assise à mon bureau, je n'arrive pas à me concentrer. Je vois des *flashbacks* du cou et de l'oreille recousue de ma mère inerte… de l'annonce de son accident…

Je décide de marcher près du local… je vais seulement entrer s'il n'y a personne qui désire parler de cette collègue en particulier. Lorsque j'avance vers le seuil de la porte, je vois que la salle est vide.

Le thérapeute m'accueille.

— Cela n'a pas de lien avec l'annonce du suicide de la collègue mais plutôt avec le décès de ma mère.

Adolescente, j'écrivais des romans… Cette histoire est tellement morbide qu'on n'oserait même pas en faire un script tellement cela nous entraîne de la réalité à l'absurdité… au bord de l'exagération.

Je raconte mon histoire : le décès de ma mère et des deuils fantômes de mes petits anges.

— Même si ton histoire peut paraître incroyable, pourtant elle est vraie. Tu devrais écrire ton histoire… pour guérir, suggère le thérapeute. Tu pourrais te fixer comme objectif de commencer à écrire dans les prochaines semaines !

Je hausse les épaules, je n'en suis pas certaine… mais c'est certes une bonne idée.

Les douleurs

2013.

Ma fille a à peine quelques mois. Je suis assise au sol, la regardant tourner sur elle-même sur le tapis de sa chambre à coucher. Je me lève comme à l'habitude. Je ressens une douleur intense au bas du dos. Ouuuailhhh ! Ça doit être dû à l'élan que je me donne pour balancer le petit siège-auto dans la voiture.

2015.

Je me réveille en sursaut pratiquement tous les soirs et je sens que j'étouffe… il y a comme une crampe dans ma gorge qui bloque mon oxygène. Je me sens comme si j'allais mourir. Je m'assois dans mon lit et soudain, la sensation d'étouffement disparaît et je me mets à respirer normalement.

J'ai maintenant peur de me rendormir et de revivre ces moments d'horreur. Parfois, l'étouffement perdure quelques secondes de plus et je dois mettre les doigts au fond de ma gorge pour tenter de laisser sortir ce qui est pris. Cela active un réflexe de vomissement, de haut-le-cœur.

Je fais aussi parfois des prières dans ces secondes sans oxygène. À d'autres moments, je cours au bureau de ma chambre et écris, pour mon conjoint et mes enfants, un dernier message *Je vous aime.*

*

Je suis assise en attente dans le bureau de mon médecin de famille. La porte est ouverte ainsi que les portes des autres salles de consultation. De biais, je vois un médecin qui reçoit un patient.

— Comment allez-vous ? demande le médecin.

— Super mal. Je me sens comme si un autobus m'avait passé sur le corps ! lui répond l'homme d'une quarantaine d'années.

Je sursaute et ressens de la colère monter à la surface. Je murmure à moi-même en serrant les dents et tournant les yeux vers le haut, et de gauche à droite. *Ouainnn, je ne pense pas que tu serais encore vivant !*

Décidément, cet homme n'a aucune idée de qui l'a entendu et de la frappe de sa phrase.

Mon médecin de famille fait son entrée dans la salle de consultation.

J'énumère les raisons de ma consultation :

— Je fais de l'insomnie. J'ai les mains engourdies. Je sens une circulation différente, comme bloquée, dans mes jambes. J'ai des douleurs musculaires chroniques depuis plusieurs années. Je fais des indigestions fréquentes.

— En principe, lorsqu'une patiente arrive avec de multiples raisons, c'est qu'elle n'a rien du tout.

Je la regarde perplexe.

— Il faut gérer son stress. As-tu des points à la poitrine ? continue celle-ci.

— Non.

— Quand tu te réveilles la nuit, est-ce que ton cœur palpite ?

— Non.

— As-tu des sueurs ? Vérifie mon médecin de famille.

— Non.

— Cela pourrait être des crises d'anxiété que tu fais dans ton sommeil, explique mon médecin.

— Je ne crois pas… je pense que ce sont mes problèmes de digestion, lui répondis-je

— L'insomnie peut aussi causer des problèmes de digestion, car celle-ci se fait pendant un bon sommeil.

Je quitte la consultation avec une ordonnance pour le reflux acide afin d'aider à gérer les indigestions.

*

Malgré la médication que je prends à chaque soir pour le reflux acide, je continue à me réveiller en sursaut. J'ai pensé mourir au moins mille fois au cours de ces onze dernières années ! Chaque fois, dans ces cauchemars, comme prise au piège… je me sens frôler la mort. C'est à savoir si les reflux acides sont à l'origine de ces épisodes… Ou est-ce le trauma de la mort de ma mère qui remonte en moi… qui veut sortir, telle une âme sortant comme un fantôme de son corps ?

J'ai aussi essayé plusieurs somnifères, qui fonctionnent quelques soirs… mais tel un corps hanté par un fantôme, la malédiction revient à la suite de ces répits trop courts. J'ai l'impression de vivre ma vie comme un robot, somnambule, comme si j'étais en état de survie constant.

Mon corps devient vraiment malade pour m'obliger à m'arrêter, me reposer, reprendre des forces et poursuivre cette vie de fou trop rapide à mon goût. J'étais, avant d'avoir mes enfants, une personne qui aimait prendre son temps et profiter du moment présent et de la vie. Mais depuis sept ans déjà, la vie m'échappe et je cours après le temps. Et le repos… Et le sommeil !

*

Comment me sortir de tous ces traumatismes exprimés par mon corps ?

J'ai fait des cures avec des produits naturels. Je consulte un chiro pour mes maux de dos et de hanche chroniques et aussi pour lutter contre l'asthme, les allergies et les sinusites. Je vois aussi une massothérapeute et une acupunctrice pour mes douleurs musculaires.

Après plusieurs années de traitement d'acupuncture avec peu de succès, elle me dit :

— L'estomac et le foie emmagasinent le stress et les émotions. Dans tes points d'acupuncture, j'ai souvent vu de la colère. Je vois aussi plusieurs couches de traumas : dans le cou, dans l'utérus. Peut-être que ces symptômes sont émotionnels. Y a-t-il quelque chose qui s'est passé que tu as eu du mal à digérer ?

— Oui.

*

2016.

J'entre dans le bureau de mon médecin de famille. J'énumère les motifs de ma consultation.

— J'ai souvent des douleurs à la poitrine. Mon père a fait son premier infarctus à quarante-huit ans.

— Tu viens d'avoir quarante ans… et cela t'inquiète, résume mon médecin de famille.

— J'ai souvent des douleurs musculaires. À chaque fois que je fais mon cours de zumba, j'ai mal pendant plusieurs jours. Et cela me fait aussi prendre du poids. Et plus les douleurs augmentent, moins je peux faire de l'exercice.

Je fais toujours de l'insomnie.

J'ai encore des engourdissements dans les mains.

Mon médecin questionne :

— Tu as des points dans la poitrine ?

— Oui, à la suite de notre dernier rendez-vous, j'ai commencé à en avoir.

C'est comme si le fait d'avoir posé cette question avait déclenché ce symptôme, pensais-je…

— L'anxiété à long terme peut causer tous les problèmes de santé que tu me rapportes. Quels moyens utilises-tu pour gérer ton stress ?

— Je pratique des marches et des bains chauds à la chandelle.

— Puisqu'il y a un historique de troubles cardiaques dans ta famille, je vais t'envoyer chez le cardiologue pour un examen afin de te rassurer, dit-elle.

*

Je me présente à l'hôpital pour faire mon test de cardiologie. Des électrodes sont placées partout sur ma poitrine. On me demande de courir en suivant l'accélération du tapis roulant… Et voilà. Il ne me reste qu'à attendre le résultat qui devrait être envoyé à mon médecin de famille d'ici une semaine.

*

Je prends le combiné du téléphone qui retentit.

— L'électrocardiogramme n'a noté aucune anomalie. Fonctionnement normal mais au plus bas. Cela veut dire que ton cœur doit faire plus de cardio pour que le muscle soit plus fort et en bonne santé.

Je continue mes marches journalières en m'efforçant de pousser mon cardio avec plus de vitesse et d'intensité. Cela est également une bonne façon d'aider la

digestion et de gérer mon stress.

*

2017.

Je me retrouve encore une fois assise devant mon médecin de famille.

— Ça fait deux mois que je remarque des saignements entre mes périodes de règles.

— Est-ce que tu as du sang dans les selles ? me demande-t-elle.

— Je saigne souvent car je souffre de constipation et d'hémorroïdes depuis plus de deux ans.

Pour la première fois, je vois mon médecin s'inquiéter. Elle me fait passer un test Pap sur le champ. J'ai déjà eu des cellules anormales. Elle m'écrit une ordonnance pour une radiographie et une autre pour une prise de sang. Les résultats devraient prendre environ une semaine.

Je téléphone à ma sœur, qui a le même médecin de famille.

— La réaction du médecin m'a fait paniquer. Je crois qu'elle veut vérifier s'il ne s'agit pas d'un cancer.

Je passe une semaine entière à penser aux résultats du test sanguin… et surtout au cancer. Non, je ne peux pas mourir, je veux voir grandir mes enfants. Après plusieurs nuits de sommeil agité et de pensées intrusives face au cancer, le téléphone sonne. J'entends la voix de mon médecin de famille et comprends aussitôt que cela n'était pas habituel.

— Ils ont découvert des polypes mais cela n'est pas cancéreux. Une référence sera envoyée à une gynécologue afin de faire un suivi. Également, une requête pour un spécialiste des hémorroïdes sera envoyée.

À la clinique spécialisée, on me fait passer une échographie avec une solution saline afin de confirmer les polypes. Les résultats reviennent positifs.

Par suite d'un questionnaire d'évaluation, la décision est de faire une chirurgie pour enlever les polypes et procéder à une ablation de l'endomètre. Puisque je n'ai plus l'intention de tomber enceinte car j'ai déjà deux beaux enfants, vaut mieux faire cette procédure. La douleur des règles et la fatigue créent de l'anxiété chez certaines femmes, qui voient une amélioration grâce à cette procédure. Quatre-vingt-dix pour cent n'ont plus de règles à la suite du brûlement au laser

de l'intérieur de l'utérus.

L'opération est enfin prévue. Lorsque je signe le consentement de décharge de responsabilité, je commence à m'inquiéter des risques liés à l'anesthésie et à la chirurgie.

La veille de la chirurgie, j'ai peu dormi. Comme d'habitude, l'infirmière a de la difficulté à installer l'aiguille et me pique à plusieurs reprises. Je commence à ressentir une chute de tension. J'ai des sueurs froides et de la nausée. Finalement, l'aiguille est en place. L'anesthésiste entre en scène.

J'ouvre les yeux, je vois flou un infirmier qui me dit :

— Tu es à l'hôpital, la chirurgie est terminée. Tu es dans la salle de réveil.

J'ai des nausées pendant plusieurs heures et des crampes à l'utérus s'étirant jusque dans ma jambe droite.

Comme de fait, je découvre quelques semaines plus tard que je suis dans le dix pour cent des femmes qui continuent à avoir leurs règles par suite de l'ablation de l'endomètre. Au moins, celles-ci sont grandement diminuées en intensité et en douleur, à tel point que je ne compte plus mes cycles lorsque je planifie des activités.

*

Je fais mes suivis avec le spécialiste au niveau des hémorroïdes. En réalité, en plus de cela, il semble que j'ai une fissure causée par mon deuxième accouchement. Je dois mettre des crèmes quatre fois par jour. Je ne dois pas trop m'asseoir car cela me fait mal, surtout lorsque je suis en voiture. Je tente de me pencher légèrement sur un côté afin de soulager la douleur ; celle-ci me réveille souvent la nuit.

J'ai peur d'aller aux toilettes, comme ce fut le cas ces trois dernières années. Il semble que tout mon focus soit de savoir si je vais être constipée ou si je vais déchirer et saigner lors d'une selle. J'ai aussi peur de manger, car cela fait plus de sept ans que je fais l'objet d'indigestions. Tous mes besoins de base sont compromis et source de stress : la nourriture, la digestion, l'élimination… et les troubles du sommeil qui ont toujours été présents sont devenus traumatisants.

En deux ans, j'ai eu deux chirurgies d'un jour, des *bandings* sans anesthésie ni anti-douleur. Je dois maintenant subir une chirurgie pour hémorroïdectomie, ma

deuxième opération sous anesthésie, à la suite de mon ablation de l'endomètre pour les polypes.

Depuis la perte de ma mère, j'ai peur de mourir et de laisser mes enfants sans leur mère. Maintenant, lorsque je prends l'avion sans eux, je me sens angoissée. Je n'ai jamais eu peur des avions avant… d'être une mère. *UNE MÈRE NE DOIT JAMAIS MOURIR ET LAISSER SES ENFANTS DANS LA DOULEUR.* J'ai peur d'avoir des complications et de mourir… Et me voici à ma deuxième opération sous anesthésie prévue en quatre mois.

La vie va trop vite !

Je suis assise avec ma grand-mère dans sa chambre à la résidence.

— Ma vie tourne à deux cent mille à l'heure ! Quand je regardais Michou courir sans arrêt à toutes ses activités, je me disais que ce n'est pas le style de vie que je voulais. Et me voilà, prise dans ce tourbillon qui n'arrête jamais. Avec mon travail à temps plein, la maison, les deux enfants, leurs activités, je n'ai pas le choix. À la fin de la journée, j'ai une heure pour moi. Donc même si je suis fatiguée, je prends un peu de temps pour moi. J'ai besoin de temps seule, de temps de loisir et beaucoup de sommeil. Si je pouvais travailler à temps partiel, ce serait parfait, mais mon emploi ne le permet pas, lui expliquai-je.

— Au moins, le temps passe vite, commente ma grand-mère.

Je la regarde en souriant et hochant la tête. Ma grand-mère est une femme de peu de paroles, mais celles-ci sont toujours justes, sages et tellement positives.

— C'est certain que la vie passe vite… et que je n'ai pas le temps de m'ennuyer !

Traumas

Mon acupunctrice change de méthode, passant à l'acu-laser. Je comprends que les points d'acupuncture sont activés par un laser dans différentes zones au niveau de l'oreille. L'oreille étant également reliée au cerveau, cette méthode vise à envoyer des messages aux différentes parties du corps via les points d'acupuncture traditionnels. Le traitement peut guérir différents maux physiques et émotionnels. Comme dans les sessions traditionnelles avec les aiguilles, les points de douleur, d'anxiété, d'insomnie et de colère sont activés. Notre corps a une mémoire qui emmagasine notre histoire.

Mon pronostic est que j'ai un genre d'inflammation généralisé dans tout mon système. Je fais six traitements et dans trois d'entre eux, des traumatismes ressortent.

— Je vois plusieurs couches de traumas, à la mâchoire, au cou.

— Oui, j'ai eu un accident de voiture.

— Je vois plusieurs traumas au niveau de l'utérus.

— Oui, j'ai fait une fausse couche et une grossesse molaire, et j'ai eu des polypes.

*

Un mois plus tard. J'ai beaucoup de stress au travail et une période d'insomnie intense… Mais ce n'est pas la première fois que cela arrive… mais cet évènement, oui… et je me demande si l'acu-laser a éveillé des traumas en moi.

Ce dimanche matin, mon conjoint descend les marches alors que je me prépare un café.

— Qu'est-ce qui s'est passé avec tes cheveux ? Il y a comme un trou dans le milieu, demande-t-il d'un ton alarmé et surpris.

— Ouin… je ne me suis pas encore peignée ce matin.

Et je ne réagis pas à la remarque.

La semaine suivante, je fais une marche santé avec ma sœur.

— Qu'est-ce qui se passe avec tes cheveux ? Tu as trois gros trous vers l'arrière de la tête. Toi, tu ne peux pas les voir…

— Mon conjoint m'a dit la même chose dimanche passé, lui répondis-je.

Je commence à m'inquiéter. Lorsque j'arrive à la maison, je prends un petit miroir et fais dos devant le gros miroir de la salle de bain pour regarder. Je panique lorsque j'aperçois le fond de ma tête dégarni à trois endroits gros comme des prunes ! Dire que je me promène comme cela au bureau et en public depuis une semaine. Vais-je devenir chauve ? Vais-je perdre tous mes cheveux ? Est-ce que c'est l'hormone de grossesse molaire qui n'était supposément pas cancéreuse qui revient… et serait devenue cancéreuse… ?

J'appelle mon médecin : rendez-vous pris pour dans cinq jours. C'est long quand on s'inquiète…

Je me coiffe les cheveux et les attache pour tenter de cacher les trous. Plusieurs fois par jour, je vais aux toilettes vérifier si mes cheveux sont toujours en place pour cacher mon cuir chevelu, avec mon petit miroir à fond de teint en poudre. Je n'arrive pas à me concentrer.

Quelques jours plus tard, je sèche mes cheveux dans la salle de bain du bureau à la suite de mes exercices du midi. Je passe mes doigts dans mes cheveux et je reste avec une poignée de cheveux dans la main. Je me mets à hyperventiler en retenant mes larmes.

Je discute avec une collègue, en faisant abstraction de parler de mes cheveux qui tombent mystérieusement.

— J'ai mal partout depuis maintenant sept ans, mes muscles me font souffrir dis-je en montrant différents endroits sur mon corps.

— Ça ressemble beaucoup à de la fibromyalgie. Je suis diagnostiquée également et j'ai mal aux mêmes endroits. Aussi, il y a souvent les troubles de digestion, de constipation et l'insomnie liés à cette condition.

Je constate que j'ai tous ces symptômes.

Je discute avec une autre collègue :

— J'ai perdu mes cheveux, lui dis-je anxieuse, je m'inquiète que ce soit un cancer à cause de ma grossesse molaire.

— J'ai déjà une amie qui a perdu ses cheveux pendant une période d'examen à l'université. Et il semblerait que ce soit lié à un stress aigu.

*

Je suis stressée de parler de tous ces symptômes à mon médecin de famille. La dernière fois, la réponse donnée était que si j'avais plein de symptômes, c'était que je n'avais rien. J'ai peur de ne pas être prise au sérieux, d'être vue comme une malade imaginaire. J'ai l'impression que je me plains constamment. Souvent, la réponse qui revient est que c'est le stress.

J'entre enfin dans le bureau du médecin. C'est une étudiante que je rencontre. Je lui dis que c'est une longue histoire…

L'étudiante en médecine me demande de me lever.

Elle me lève le bras.

— Est-ce que ça fait mal ?

— Non.

— Lève ton bras. Est-ce que ça fait mal ?

— Oui.

Elle me palpe les jointures des mains, le coude, le genou en me demandant chaque fois :

— Est-ce que ça fait mal ?

Je lui réponds non à chaque reprise.

Elle me touche à environ cinq centimètres des mêmes endroits.

Cette fois-ci, je réponds *Oui* à chaque reprise.

S'ensuivent quelques autres mouvements. Lorsqu'elle les fait, je réponds non. Lorsque moi je les fais, je réponds oui.

Elle quitte pour discuter avec mon médecin de famille. Je l'entends résumer notre entretien. Mon médecin de famille mentionne que si c'était un début d'arthrite, ce serait sur les articulations. Fibromyalgie ? continue-t-elle.

Mon médecin entre dans la salle et poursuit :

— As-tu plus mal le soir ou le matin ?

— Pendant la nuit, ça me réveille. Et j'ai mal le matin quand je me réveille.

— Tu sembles faire un début de fibromyalgie. Les femmes qui présentent ces symptômes ont un long historique d'insomnie et de stress. C'est de source émotionnelle. Ton cerveau envoie un signal de douleur quand c'est toi qui bouge tes muscles. Quand quelqu'un d'autre te fait exécuter le même mouvement, cela ne fait pas mal car ce n'est pas ton cerveau qui envoie le message de bouger…

Il faut que tu dormes. Le manque de sommeil profond fait que tes muscles ne relâchent pas pendant la nuit. C'est pour cela que la douleur est pire pendant la nuit et le matin.

Je hoche la tête pour montrer mon écoute et ma compréhension.

— Je vais te prescrire un médicament qui était autrefois plus connu pour traiter la dépression. Aujourd'hui, il est souvent utilisé pour la fibromyalgie. C'est un antidépresseur qui agit comme un relaxant musculaire et qui a comme effet secondaire de causer de la somnolence. C'est ce qu'on veut… que tu dormes. Tu

dois le prendre tous les soirs, sans exception… avant que tu t'effondres complètement… et aussi tu dois travailler à trouver des moyens de gérer ton stress.

Je pense dans ma tête… eh oui, ce mot encore !

Mon médecin se lève et demande :

— Montre-moi tes cheveux.

Elle observe de près. Sans hésitation, elle continue :

— Ça ressemble bien à de l'alopécie areata. C'est causé par le stress.

Elle écrit le mot sur un morceau de papier et me le tend en me disant d'aller voir sur internet.

— Pour s'assurer qu'il n'y a pas de cause physique, je vais te prescrire des prises de sang pour vérifier que ce ne soit pas une maladie auto-immune : ton niveau de fer, ta glande thyroïde, l'hormone de grossesse.

Elle énumère à son étudiante d'autres lettres en code pour la prise de sang.

Je remplis finalement neuf éprouvettes de sang. Je suis en position couchée car j'ai tendance à avoir des chutes de tension. Je sens ma tête légère et ma bouche sèche. Je bois quelques gorgées d'eau et m'assois tranquillement avant de me lever pour quitter le bureau du médecin.

Une longue semaine à attendre pour les résultats… je crois bien qu'une de ces éprouvettes doit servir à vérifier les globules blancs pour le cancer…

*

Trois jours plus tard, j'ai un rendez-vous avec ma coiffeuse. Je suis mal à l'aise de lui montrer ma perte de cheveux. Mais, c'est sa spécialité… elle va peut-être pouvoir m'aider… coller quelques rallonges pour cacher mon cuir chevelu nu.

Je m'assois à la chaise tournante, comme toujours pour les mèches. Et comme à l'habitude, elle me demande :

— Comment ça va avec tes cheveux ?

— Pas trop bien. J'ai perdu beaucoup de cheveux et le médecin croit que c'est de l'alopécie.

— Oh !! J'ai eu ce genre d'expérience avec certaines clientes. Cela est souvent dû au stress ou au *burn-out*. Il faut que tu prennes soin de toi. Je sais que ce n'est

pas facile mais, plus tu vas stresser, plus tu risques de perdre tes cheveux. Laisse-moi voir.

— Aahh ! Lorsque tu me parlais, je m'attendais à beaucoup moins pire que cela ! Et malheureusement, c'est directement à la mauvaise place. Je ne peux te mettre des rallonges sur le dessus de la tête, car on verrait la bande collante. Je te recommande un produit pour aider à la repousse qu'on vend plus souvent aux hommes qui commencent à perdre leurs cheveux. Mais des femmes qui ont perdu leurs cheveux à la suite de la chimio utilisent aussi ce produit. Continue de te peigner comme tu l'as fait. Jamais je n'aurais cru que tu avais une perte de cheveux aussi importante.

— Combien de temps ça mettra à repousser ?

— Au moins six mois, peut-être plus.

Je me rends donc à la pharmacie et achète un produit pour me gonfler les cheveux restants. Cela fonctionne à merveille et cache environ soixante-dix pour cent de mon crâne. Au moins, ça camoufle le cuir chevelu et on ne voit pas un trou beige au milieu de cheveux brun foncé. Je continue d'attacher mes cheveux de façon astucieuse.

Les repousses ont pris près de deux ans à rattraper complètement mes autres cheveux. J'ai aussi dû changer de coupe de cheveux, court à l'arrière et plus long sur les côtés pour arriver à les marier complètement.

Ma fatigue chronique

Mon père me dit :

— Tu donnes beaucoup pour ton travail et à aider les autres. Il faut que ta famille et toi passiez avant.

Il est vrai que j'aime mon travail et que j'investis beaucoup de moi-même.

Je réfléchis à ma vie. Si tu me regardais, jamais tu ne penserais que je suis fatiguée et que j'ai des douleurs chroniques. J'ai continué, en dépit de ma douleur et de ma fatigue, à profiter et aimer la vie. J'ai de l'énergie, je suis souriante et motivée. Je suis aussi active et aime danser, faire des marches, du vélo et de la natation.

Je suis une personne qui aime les grands projets et les plus petits aussi. J'adore les voyages et tout autant les organiser. S'ensuit le triage des photos pour faire un

calendrier et du scrapbooking. Et voilà que j'enchaîne sur d'autres événements : voyage d'été, cueillette de pommes, halloween, shopping de Noël, sapin et décoration, recette et emballage de cadeaux, séjour au chalet de papa, fondue au chocolat pour la St-Valentin, planifier et faire un petit voyage pendant le congé de mars, achat de chocolats et préparation de la chasse aux œufs pour Pâques, fête des enfants et de famille, fin de semaine au chalet et vacances d'été qui recommencent. Ces activités de famille avec les enfants sont les points saillants dans mon calendrier et je ne me lasse jamais de les faire. J'aime faire des sorties et activités avec mes enfants, ainsi qu'avec ma sœur et ses enfants. Et quelques sorties aussi avec des amies proches… Je me rends compte que je n'ai pas eu de vacances de repos, sans voyage depuis maintenant deux ans. Peut-être que je devrais prendre une pause. Mon moral va bien… c'est plutôt mon corps qui ne veut pas suivre !

J'ai longtemps pensé que mon corps était vraiment malade d'une cause physique… Et peut-être finalement que le stress et les émotions difficilement refoulées se logent dans mon corps. Il veut me dire d'arrêter et de me reposer…

*

Je discute avec ma superviseure au sujet de la médication qui affecte beaucoup ma concentration. Je suis tellement somnolente que j'ai de la difficulté à travailler en fin d'après-midi et en soirée. Aussi, j'ai des migraines atroces, que je n'avais pas avant la médication. Un horaire de travail modifié, plus souvent à la maison en après-midi et moins en soirée, a été élaboré pour me permettre de mieux fonctionner.

Je lui donne l'avis d'absence pour ma quatrième opération qui aura lieu peu de temps après le congé estival.

— Je vais enfin avoir le droit de me reposer car je me sens souvent coupable, paresseuse.

— Si tu dois être malade pour te reposer, ton corps trouvera des raisons d'être malade pour que tu te reposes. Cela peut causer une pathologie. Tu as le droit de dormir si tu es fatiguée. Tu as le droit de manger à l'heure que tu veux ton souper même si cela ne correspond pas à une bonne étiquette sociale. Il vaut mieux éviter d'avoir des indigestions qui t'empêchent de dormir et recréent un nouveau cycle de fatigue.

— Je vais pouvoir me reposer cet été. Les semaines où mon conjoint est à la maison, je dors une heure de plus et cela fait une énorme différence. Je ne suis pas matinale et me lever assez tôt pour le travail et pour préparer mes enfants pour l'école, c'est comme si j'allais à l'encontre de mon cycle naturel de sommeil.

En quittant son bureau, je me remémore les paroles semblables que mon conjoint m'a dites. *Écoute ton corps, couche-toi quand tu es fatiguée*. Le problème, c'est que je suis pratiquement toujours fatiguée ! Je suis tellement habituée à combattre ma fatigue que je n'arrive pas à dormir d'un sommeil réparateur. C'est comme si mon corps n'est jamais certain si c'est la nuit ou une petite sieste du jour. Certaines nuits, je me réveille à 2 h… d'autres, je dors jusqu'à 3 ou 4 h… et c'est foutu. Mon corps croit que c'est le jour. Je commence à avoir faim et je mange une collation avant de pouvoir redormir vers 6 h. C'est alors que l'alarme de mon conjoint me réveille une, deux et parfois trois fois. Ensuite, je n'arrive pas à retrouver le sommeil avant de me lever afin de me préparer pour le travail et pour conduire les enfants à l'école.

Mon rêve d'adolescente

Quelques semaines plus tard, alors que j'attends ma fille à un cours de danse, je vois un dépliant pour un concours d'écriture. Adolescente, je rêvais d'être écrivaine. J'ai écrit plusieurs romans. Mais ceux-ci n'ont jamais été publiés. Je me rappelle avoir dit à un éditeur : *Je vais publier un jour, même si cela arrive seulement à quarante ou cinquante ans.* Ce sentiment de renonciation, de ne pas être arrivée au bout de mon projet, m'a toujours dérangée.

Je décide alors d'écrire et de participer à ce concours. Je redécouvre la joie d'écrire, cette passion perdue, enfouie pour ne pas vivre un autre rejet. Je me rappelle alors comment l'écriture a joué un rôle thérapeutique pour moi à l'adolescence. Elle pourrait m'être bénéfique, m'aider à renouer avec moi-même, à donner un sens à ma vie et aux épreuves de cette décennie.

Dans quelques semaines, je serai en convalescence pour ma quatrième opération en deux ans.

Ma décision est prise.

Voilà, le temps est venu de reprendre la plume pour aller revisiter les fantômes qui me hantent et me rendent malade…

Le pardon

Michou,

C'est la première fois que je te pardonne de ne pas être là pour moi dans un moment très difficile de ma vie…

J'écris pour te demander la force de guérir, de guérir autant physiquement qu'émotionnellement. J'ai tant de pleurs, de cris et de douleurs qui sont emprisonnés dans mon corps, tels des boulets qui m'empêchent d'aller de l'avant et d'atteindre une vraie paix intérieure. Une paix dans mon corps et dans mon cœur. J'ai tellement peur de perdre les gens que j'aime, comme toi, que je les étouffes. J'ai tellement peur de leur dire au revoir chaque matin, peur que ce soit la dernière fois.

Je suis tellement anxieuse de devoir vivre une autre épreuve que je n'apprécie pas mes êtres chers autant que je le devrais. Et si quelque chose leur arrivait… Je sais que je vivrais avec le regret de ne pas avoir su apprécier le moment présent.

La guérison passe-t-elle par l'écriture, telle une thérapie narrative ? Me replonger dans ces quatre années de douleur, pour enfin les laisser sur ces pages, et les réenfermer dans le passé. Telle une plaie mal guérie qu'on doit rouvrir, nettoyer et repanser… J'ai peur des prochaines heures d'écriture, de déchirement et de douleur dans mon âme, mon cœur, ma gorge qui se noue… et ses millions de larmes qui s'apprêtent à sortir de mes yeux tels des torrents brûlants.

Vaut mieux faire ce processus alors que mon corps physique enfle, saigne, guérit. Deux douleurs qui se rencontrent… et je me rends compte que j'ai souvent vécu une seule douleur à la fois. La douleur de l'âme, comme un fantôme, est sortie de mon corps douloureux, qui était comme détaché de ses maux émotionnels. Peut-être qu'aujourd'hui, la vie m'amène ici pour que je reconstitue ma vraie personne : le corps et l'âme… et les pensées subconscientes qui me font vivre de l'insomnie et de l'anxiété. Il y a aussi cette sensation de perte de contrôle qui me fait peur, que je déteste mais que je dois apprivoiser.

Convalescence

Pendant des mois, j'ai comme une petite anxiété constante qui plane en lien avec la chirurgie prévue. Finalement, le jour venu, ce fut un scénario semblable à la première fois.

Le soir d'avant la chirurgie, j'ai peu dormi. Comme d'habitude, l'infirmière a de la difficulté à installer l'aiguille et me pique à plusieurs reprises. Je commence

à sentir une chute de tension. J'ai des sueurs froides et la nausée. Cette fois-ci, on n'arrive pas à mettre l'aiguille en place. L'anesthésiste le fera dans la salle d'opération, juste avant le début de la chirurgie.

— J'ai les mains tout engourdies, dis-je à l'infirmier.

Il me lève les jambes avec un oreiller et va chercher une débarbouillette froide qu'il place sur mon front.

— Prends de grandes respirations, me dit-il. Préviens-moi quand l'engourdissement part.

Près d'une demi-heure plus tard, je trouve le temps long et je me sens nerveuse. Je dis à l'infirmier :

— Je suis encore un peu étourdie, mais je dois aller aux toilettes.

— Non, reste couchée. Je ne veux pas te ramasser par terre.

Peu de temps après, l'infirmier m'annonce :

— On va t'amener dans la salle d'opération, dit-il en m'aidant à me lever pour m'asseoir dans la chaise roulante.

L'anesthésiste arrive et s'approche de moi.

— La dernière fois, j'ai eu beaucoup de nausées et de douleurs, lui dis-je.

— Est-ce que tu as tendance à faire des baisses de tension ?

— Oui, quand je ne mange pas pendant plusieurs heures.

— Je vais introduire différents médicaments anti-douleur et une injection de sucre également.

J'ouvre les yeux, je vois flou un infirmier assis à mes côtés qui me dit doucement :

— Tu es à l'hôpital, la chirurgie est terminée. Tu es dans la salle de réveil.

Je referme les yeux un moment. J'espère ne pas avoir des nausées pendant plusieurs heures comme la dernière fois. Aucune nausée. J'ai même un peu faim mais il n'y a rien à manger dans la salle de récupération. Je ressens peu de douleur. L'anesthésie fait encore effet… jusqu'au lendemain matin.

Les trois prochains jours sont flous. Je me réveille, je prends des *Advil*, je m'assois sur un siège d'eau pour l'inflammation par suite de la douleur des selles. Une douleur horrible qu'on ne peut tolérer sans pousser quelques cris de douleur.

Je mange un peu. Je redors et le cycle continue ainsi pour soixante-douze heures.

J'espère que cette chirurgie est la dernière… quatre en deux ans, j'en ai assez… de stress, de douleurs.

J'ai passé plusieurs années à bloquer les émotions difficiles. Les émotions de joie, d'amour, de tendresse, de bien-être, de passion, d'excitation, d'anticipation, ont été au premier plan. Celles-là, j'aimais les vivre et je n'avais pas besoin de m'en protéger. C'est donc l'image d'une femme épanouie que je projetais. Ce n'est que la moitié de ma personne. Il faut que je m'ouvre à l'autre moitié de moi-même, celle en arrière-plan, dans les profondeurs de l'inconscient. Tel un site web, il y a l'image que l'on projette et voit sur l'écran alors que derrière tout cela, se cache tout un décodage complexe de programmation dans un disque dur afin de faire fonctionner le tout !

Je repense à ma décision de prendre du temps pour écrire mon histoire. Mais seulement pour moi-même. Faire ma propre thérapie narrative. Tant qu'à avoir des douleurs physiques, aussi bien être en douleur émotionnelle et psychologique. J'ai souvent eu peur du mal de rouvrir mes plaies émotionnelles. Mais, en ce moment, j'ai mal de toute façon… Et peut-être que pour bien guérir physiquement, il faut toucher et ouvrir cette porte que j'ai fermée durant plusieurs années. Pour me protéger de l'ouragan, du torrent, de la tempête de ma vie.

Je sais que je n'ai pas vécu plusieurs deuils. Je sais que j'ai subi plusieurs traumatismes psychologiques et émotionnels.

Et je me rends compte aussi que j'ai vécu des traumatismes physiques et médicaux en lien avec le refoulement derrière cette porte fermée. Mon corps tente de me parler et je ne fais qu'essayer de le faire taire en mettant des bandages sur mes blessures physiques.

J'écris mon histoire pour guérir…

Voici mon histoire.

La plus belle année à venir

10 ans plus tôt – 2008.

Ce sera la plus belle année de ma vie, pensais-je.

Je ne m'attendais pas à vivre les quatre années les plus difficiles de ma vie…

Je vais être en congé de maternité pour mon premier enfant. Ma mère est à la retraite, elle pourra venir m'aider pour le bébé. En plus, ma sœur qui est ma meilleure amie, est aussi enceinte. On sera toutes les trois ensemble pour les quatre derniers mois.

Ma mère touche souvent mon ventre arrondi. Mais mon petit coquin s'immobilise à chaque fois. Cette fois-ci, lorsque j'ai pris la main de ma mère pour la mettre sur mon ventre, elle l'a senti bouger, et a dit : *J'ai assez hâte de le voir, j'ai assez hâte. On dirait que ça fait des années que tu es enceinte. Le temps passe trop lentement.*

On n'aurait jamais cru ce qui allait se produire dans les jours suivants. Jamais ma mère n'aura la chance de prendre mon bébé dans ses bras…

La veille de l'accident

Je prépare la chambre de mon petit trésor à la suite du s*hower* de bébé. Je place tous les petits vêtements dans les tiroirs de la commode.

Le téléphone sonne.

— Bonjour Maman. Je suis occupée. Je place le linge de bébé, lui dis-je d'un ton rapide.

J'entends ma sœur faire son entrée en arrière-plan chez ma mère.

— Je te rappelle plus tard, lui dis-je.

Le rangement de la chambre prit beaucoup plus de temps que j'avais prévu. Il est tard. Je parlerai à ma mère demain.

L'accident

Je me réveille ce matin-là, comme plusieurs autres matins. Je suis enceinte de huit mois. J'ai mal dormi et je me sens fatiguée.

Le téléphone sonne vers midi quinze. C'est ma mère qui prend de mes nouvelles.

— Est-ce que tu as bien dormi ?

— Non !

— Arrrghhh, grommela-t-elle en enchaînant. J'ai eu des changements de plans. Je viens de finir mon bingo. Je vais chez ta tante. Je te revois vers la fin de l'après-midi pour faire la sauce à spaghetti.

— Ok.

Je raccroche le combiné et ressens une forte sensation : *Mon Dieu que ma mère m'aime,* chuchotai-je tout bas me sentant remplie d'amour. *Pourquoi m'a-t-elle téléphoné ? Je connais déjà toutes ces informations.*

Mon conjoint et moi quittons la maison pour aller faire des emplettes.

Dans l'auto, je savoure le soleil printanier par les fenêtres. L'hiver a été long… et finalement, ce si beau soleil qui remonte l'énergie et le moral.

À notre retour à la maison, je vois la lumière rouge du répondeur qui clignote. J'appuie dessus et entend la voix de mon frère qui dit simplement : *Rappelle-moi.* Sur le second message, la voix de mon frère se fait plus urgente : *M'man a eu un accident, Rends-toi à l'hôpital de Hull.*

Je reste figée et regarde mon conjoint.

— Elle est morte, je sais qu'elle est morte, lui dis-je d'une voix profonde et tremblante.

— Tu ne peux pas savoir avant d'y aller. Je range rapidement les aliments qui doivent être réfrigérés. Prends quelques petites choses, livres, collations etc. dans un sac à dos au cas où on va devoir attendre longtemps.

— Pas besoin de tout ça, je sais qu'elle est morte, insistai-je en prenant les objets demandés.

— Elle va peut-être se faire opérer et on va devoir attendre plusieurs heures dans la salle d'attente.

L'impression et le pressentiment de son décès ne me quittent pas. Je laisse mon conjoint prendre les coordonnées de navigation GPS alors que je connais la direction… et on entreprend un trajet que je n'ai jamais fait auparavant… et ne referai jamais.

J'entre dans l'hôpital et me dirige au comptoir pour demander le nom de ma mère. Soudain, j'entends les cris et les pleurs hystériques de ma sœur. Je savais que mon pressentiment était vrai. Je marche comme une zombie, désorientée, guidée par le son des pleurs de ma sœur. J'entre dans la pièce. Je regarde autour de moi avec une vision embrouillée.

C'est le silence.

Je m'assois sur une chaise guidée par la main de mon conjoint.

Je dis :

— Quelqu'un ? Parlez !

— Elle est morte…

Ces mots font écho, ma vision est comme au ralenti. Je me sens assommée, abattue. J'ouvre la bouche mais aucun son ne sort.

C'est seulement plus tard que j'ai su qu'on m'avait annoncé la nouvelle au pied de la porte… avant que la main de mon conjoint m'assoie… avant que je dise : *Quelqu'un ? Parlez !*

Ma grand-mère pleure, hoche la tête et répète sans arrêt :

— C'est ben effrayant, c'est ben effrayant.

— Ta mère traversait la rue quand elle s'est fait frapper par un autobus de ville. Elle est morte sur le coup.

Mon père fait une pause et enchaîne.

— J'ai vu son corps et je l'ai identifié. Vous pouvez y aller, les filles.

Il fait une mise en garde d'un ton ferme :

— Ne levez pas le drap qui couvre son corps. Je l'ai fait et tout son côté est ouvert.

À ce moment, mon oncle, frère de ma mère, entre dans la pièce privée.

— Micheline est décédée, dit mon père.

Mon oncle tombe à genoux en sanglots.

Je quitte la pièce avec ma sœur, la suivant, toujours désorientée, pour entrer dans une minuscule pièce.

Oui, c'est bien ma mère, c'est bien elle. Je ne peux tenter et espérer qu'ils se soient tous trompés. Des énormes points de suture ont reconstitué son oreille déchirée, le côté droit de son visage et tout son cou.

Cette image me hantera pendant plusieurs années. Ces énormes points de suture sont semblables à ceux des films d'horreur. Mieux valait ne pas soulever le drap blanc.

Je me mets à pleurer, à haleter en cherchant mon souffle au travers de mes larmes brûlantes. La colère monte soudainement en moi et je chuchote en la regardant sévèrement : *Qu'est-ce que tu as fait… il fallait faire attention. T'es*

toujours trop pressée. Combien de fois je t'ai dit de faire attention. J'ai besoin de toi et toi tu es partie.

Mon oncle, ma tante et ma grand-mère nous rejoignent. On pleure tous, les yeux comme vides, en état de choc devant son corps meurtri.

L'enquête

Mon père raconte.

Le téléphone a sonné et j'ai entendu la voix d'un jeune homme.

— Bonjour, je suis de la police de Gatineau.

C'est un *crank call*, une plaisanterie, pensa-t-il.

— Vous êtes bien Monsieur Patenaude.

— Oui, répondis-je surpris.

Peut-être que ce n'est pas une farce après tout. Il connaît mon nom.

— Vous êtes bien l'époux de Micheline Patenaude ?

— Oui.

— Elle conduit bien une petite voiture blanche. Elle a eu un grave accident avec un autobus. Rendez-vous immédiatement à l'hôpital de Hull.

Mon père conduit et s'inquiète. Avec un autobus, ça doit être très grave. Une si petite auto avec un autobus.

Le cœur de mon père fait un bond quand il voit la voiture intacte stationnée de l'autre côté de la rue. Il y a plusieurs voitures de police avec leurs lumières rouges allumées… et des banderoles jaunes au sol. C'est alors que j'ai compris. Elle n'était pas dans l'auto mais bien à pied quand elle s'est fait heurter. Elle n'a aucune chance de survivre à cela pensa-t-il.

Mon père s'approche et s'introduit. Un policier demande de le suivre. En entrant à l'hôpital, mon père aperçoit ma grand-mère assise avec une dame.

Un médecin les approche et fait l'annonce :

— Votre femme est décédée, sur le coup. Elle a eu de multiples fractures.

Le policier poursuit :

— Selon les multiples témoins, elle a traversé la rue à la diagonale en mettant les clés de la voiture dans sa sacoche. Selon l'enquête, le conducteur a eu le réflexe de changer de voie, croyant qu'elle allait faire marche arrière. Mais au

lieu de ça, la victime a continué d'avancer et a traversé. L'autobus l'a percutée sur la ligne blanche marquant le bord du chemin. L'homme qui conduisait l'autobus a eu un choc nerveux et a dû être hospitalisé. Il suivait la limite de vitesse. Il n'avait aucune trace de drogue ou d'alcool dans le sang. Le réflexe est un mécanisme humain normal. Le conducteur n'aura aucune charge.

Quelle malchance ! Si le chauffeur avait suivi sa voie, elle serait toujours des nôtres aujourd'hui.

Parmi les témoins, les infirmières en pause devant l'édifice ont également subi un choc face à la violence de la scène.

*

Témoignage de mon frère.

Papa m'a téléphoné pour me dire que Maman a eu un grave accident impliquant un autobus, et de se rendre à l'hôpital.

Je dois appeler mes deux sœurs et mon frère aîné pour les aviser.

Je rejoins ma petite sœur au chalet de ses beaux-parents et lui transmets le message.

Je tente de joindre mon autre sœur sans succès. Je téléphone à l'hôpital de Hull afin de prendre plus de nouvelles. On m'avertit que mon père ne devrait pas se rendre seul. Je me dis que cela doit être grave. Je tente de joindre ma sœur une deuxième fois et laisse un second message sur le répondeur avant de moi-même quitter pour me rendre à l'hôpital.

*

Témoignage de ma sœur.

Je suis au chalet de ma belle-famille alors que le téléphone sonne.

Mon frère appelle pour me dire que Maman a eu un accident avec un autobus. Mon conjoint me conduit vers l'hôpital. J'espère arriver à temps. Si elle peut entendre ma voix, je sais qu'elle va se réveiller.

*

Témoignage de mon frère aîné.

Lorsque j'ai reçu la nouvelle de l'accident, ma femme et moi avons immédiatement pris la route pour nous rendre à l'hôpital. Je conduisais.

J'entendis une annonce aux nouvelles : *Une femme de 61 ans a perdu la vie alors qu'elle a été percutée par un autobus devant l'hôpital de Hull.*

J'ai mis les freins en plein milieu de la route. Ma mère a soixante ans… pas soixante et un… mais quelles sont les chances que deux personnes du même âge environ aient un accident dans les mêmes circonstances et au même endroit ? Ma mère est morte ! Et ce sont les nouvelles qui m'annoncent cela !

Ma belle-sœur a pris le volant. Elle se dit choquée de la façon dont ils ont appris la nouvelle. La famille immédiate doit toujours être avisée d'un décès avant que celui-ci soit publiquement annoncé. Ce n'est pas la façon d'apprendre la mort de sa mère et le choc aurait pu causer un autre accident.

Le décès de notre mère a fait les nouvelles à la radio et également les manchettes des journaux.

*

Grand-Maman raconte :

— On est allé au bingo ce midi-là. On voulait rendre visite à ma fille à l'hôpital de soins longue durée. Habituellement, on stationne toujours à l'arrière de l'édifice. Mais cette journée-là, il n'y avait plus de place. Ta mère m'a débarquée à l'entrée et m'a dit d'attendre le temps qu'elle aille se garer. Une dame s'est approchée de moi et m'a invitée à m'asseoir à l'intérieur. On a jasé un bon moment. Je voyais par la fenêtre un accident impliquant un autobus. Il y avait des lumières partout : pompiers, policiers, ambulanciers…

— Et tu ne t'es jamais doutée que ça pouvait être Michou ? lui demandai-je.

— Non, je parlais avec la dame et ne me rendais pas compte du temps qui passait… Tout à coup, j'ai vu ton père entrer à l'hôpital avec un policier. Je suis restée surprise de le voir sans trop comprendre. Un médecin s'est avancé vers nous. C'est là que j'ai compris… Le médecin a annoncé le décès. Ton père est devenu blanc comme un drap.

*

L'annonce de la tragédie a fait le tour du village aussi vite que l'accident s'est produit…

On se rassemble chez mon frère aîné. Les commentaires se font brefs et rares : *Ça fait pas de sens, ça se peut pas, c'est pas possible*. Bouleversées, nos tantes nous

caressent à tour de rôle et nous tiennent un peu plus longtemps. Assez longtemps pour qu'on fonde en larmes dans leurs bras, secouées par des sanglots. Elles nous disent : *Je sais que je ne suis pas ta mère et que personne ne pourra la remplacer, mais je suis là. Je peux t'aider avec le bébé.*

Je remercie à chaque fois, me disant avec amertume : *exactement, tu n'es pas ma mère*. Je m'efforce de leur sourire gentiment et de leur dire merci car je sais qu'elles veulent bien faire… On parle déjà de ma mère au passé et cela me choque. *Elle vivait à trois cent mille à l'heure… elle a fait plus en soixante ans ce que d'autres ont fait dans toute leur vie. Elle profitait de la vie au maximum… et dire qu'elle avait peur de vieillir… elle se retournerait dans sa tombe en sachant qu'on l'a fait vieillir d'un an dans les nouvelles.*

Vraiment, pensai-je, il faut parler de sa tombe !

La sonnerie de la porte se fait entendre à plusieurs reprises : des amis et voisins, manifestant leur sympathie en apportant un plat. La table est bientôt remplie de vivres. Je n'ai pas faim, je me force à manger, n'étant pas certaine que ça allait passer.

Ce soir-là, de retour chez moi, je vois la lumière rouge du répondeur clignoter.

C'est mon amie qui m'offre ses condoléances. Elle était au bar sportif quand elle a entendu la nouvelle. Elle m'informe avoir contacté notre amie commune et me laisse un message de courage. Qu'elle est là pour parler quand je serai prête.

Mon conjoint s'approche et me prend dans ses bras.

— Quand une tragédie comme cela arrive, ça donne l'impression qu'on s'est fait voler.

— Cette année qui devait être la plus belle de ma vie vient de m'être dérobée.

Je ne peux cesser de pleurer. J'ai la gorge nouée en permanence. J'ai la nausée et une perte d'appétit constante. Je me force à manger pour mon bébé et je pleure, je pleure. Parfois en lâchant des cris de douleur. Chaque fois, mon conjoint survient et me prend dans ses bras sans dire un mot.

Je me réveille en sursaut… ouf tout cela est un cauchemar… et la réalité me frappe en pleine face. Ce cauchemar est la réalité : ma mère est morte et je crie encore de douleur, en sanglots au point de sentir l'étouffement me saisir et le cœur qui s'accélère.

*

Le lendemain, je décide de laisser un message sur le cellulaire de ma superviseure. Certainement, elle ne répondra pas au téléphone le dimanche. Je n'aurais donc pas besoin de lui parler de vive voix. Je reste bouche bée lorsqu'elle répond.

— Je voulais te dire que je ne reviendrais pas au bureau pour un bout de temps. Ma mère est décédée.

— Je suis désolée d'entendre cela. Mes sympathies. Elle était malade ?

— Non. Elle a eu un accident. Elle s'est fait écraser par un autobus de ville, dis-je avec une voix tremblante.

C'est la première fois que je prononce ces paroles, que c'est moi qui l'annonce.

Quelques secondes de silence s'installent.

— C'est difficile, surtout quand c'est un accident tragique comme ça, dit-elle.

— Oui, dis-je en laissant ma voix tremblante tourner en pleurs.

Je ne peux plus retenir mes larmes et je sais qu'elle les entend.

— Prends tout le temps dont tu as besoin. On va tous penser à toi. Envoie les détails des funérailles. Je vais les partager à l'équipe. Mes condoléances et bon courage.

Ce qu'il y a de mieux

Je conduis l'auto pour me rendre chez mes parents… Chez mon père.

Je me rends compte qu'au bout de ma route, il y a l'absence de ma mère. Elle ne sera pas là pour m'accueillir. Il n'y aura que son vide. Je pleure en conduisant. Ma vue est brouillée par mes larmes. J'entre dans le duplex. L'atmosphère est lourde, baignée par cette mélancolie tragique.

Ma sœur se lève car elle est restée coucher ici afin que mon père ne soit pas seul.

— Quand je me suis réveillée, je pensais que j'avais fait un cauchemar… C'est comme si quelqu'un avait mis un couteau dans mon cœur, dit-elle en éclatant en sanglots trouvant l'épaule de mon père.

Il faut organiser les funérailles. Mon père commence les démarches.

Non. C'est trop tôt. Je ne peux penser à tout cela. Mon père qui est un

organisateur né, au contraire, se perd à planifier les moindres détails. Il faut que ce soit beau, parfait, que ça démontre l'amour qu'il a pour elle. C'est comme si c'est une chose qu'il peut faire pour elle, alors qu'il n'a rien pu faire pour la sauver. Il passe des heures à écrire l'éloge parfait pour les signets et cartes commémoratives. Chaque mot est minutieusement choisi, le plus personnalisé et le plus élogieux.

Ma sœur et moi accompagnons mon père pour acheter le cercueil. Le propriétaire discute des détails choisis par mon père… C'est comme flou quand mon père s'approche et déclare : *J'ai aussi payé pour moi, toutes les mêmes choses que j'ai choisies pour votre mère.* Ce commentaire me bouleverse, je ne veux pas en plus penser et imaginer les funérailles de mon père.

On suit le propriétaire qui nous amène dans la salle de montre des cercueils. *On prend le plus cher des cercueils en chêne,* déclare mon père. *Ta mère mérite d'être enterrée dans le plus beau cercueil. On ne compte pas l'argent.* Ma sœur et moi, nous nous mettons à pleurer…

Nous le laissons choisir le cercueil qu'il veut, voyant que cela était important à ses yeux. Un témoignage de l'être cher, de la valeur de sa femme à ses yeux.

De retour au duplex, mon père s'adresse à ma sœur et à moi.

— Vous devez trouver les vêtements dans lesquels elle sera exposée.

La même idée nous est venue à tous les trois. On monte à l'étage dans la chambre et ouvre le garde-robe de ma mère. Son linge dégage son odeur unique à elle. Nous prenons le linge et de manière primitive, le portons à notre visage pour sentir son odeur. On fond en larmes et en cris de douleur en posant et caressant la robe sur le lit.

Cette robe, notre mère l'a portée un peu plus d'un an plus tôt au mariage de notre frère.

— Tu te souviens quand on est allé magasiner et que Mom a essayé cette robe… Elle a dit : *Oui, c'est ma robe, je me sens belle*.

Elle a regardé l'étiquette. C'était plus cher que son budget prévu. *Tant pis, je la prends quand même,* avait-elle décidé.

On pleure en chœur.

— Jamais on aurait cru qu'elle porterait cette robe dans son cercueil dans un

futur rapproché.

Mon frère entre dans la chambre et ouvre le garde-robe. Il dit tout haut d'une voix émue :

— Ça sent Mom…

Il reste quelques instants devant le garde-robe avant de se retourner vers nous. Il voit la robe qu'on a choisie, celle que notre mère a portée pour son mariage. Il hoche la tête en signe d'approbation.

Les fleurs

La sonnerie de la porte se fait entendre à plusieurs reprises. Chaque fois, un livreur apporte un bouquet de fleurs avec un mot de condoléances. Ma table à dîner est remplie de bouquets de fleurs que je regarde comme en transe. J'adore les fleurs mais soudainement, elles ont un tout autre sens. Je me penche pour les sentir. Les roses sentent le cadavre. Jamais plus je n'aimerai les roses…

*

Ma sœur et moi décidons d'aller commander des fleurs pour ma mère. Je sursaute et me sent choquée lorsque je vois sur la facture LATE Micheline Patenaude. C'est la première fois que je vois cette description synonyme de DÉFUNTE. Nous sortons rapidement de la boutique, retenant nos larmes. Cette étiquette me rappelle que ma mère est vraiment décédée. Mon cerveau n'arrive pas à intégrer ce concept flou.

De retour au duplex, en entrant, mon père est dans la douche et se croit seul chez lui. Soudainement, on entend ce cri de douleur secoué par des pleurs profonds. Mon père ne pleure jamais… du moins devant les autres. On se regarde, ma sœur et moi, les larmes aux yeux. Nous avons si souvent lâché des sanglots semblables. Cela nous a frappés droit au cœur. Il a aussi mal que nous, il veut seulement le cacher.

Vivante dans nos souvenirs

On passe les deux prochains jours à regarder des albums photos. On en choisit qu'on rassemble sur une grande affiche pour le salon funéraire. Les heures passent en discussion face aux beaux souvenirs que chaque photo nous rappelle. Des moments, où brièvement, le sourire nous vient aux lèvres. Et plusieurs fois, les larmes et les sanglots s'y mêlent.

Nos belles-sœurs nous aident. Nos conjoints s'approchent discrètement et leur disent :

— C'est gentil d'aider, mais ce sont leurs souvenirs, c'est elles qui doivent décider. Ça doit leur ressembler.

Nos belles-sœurs veillent sur nous en nous rappelant de manger, surtout pour nos bébés. Et là, pour quelques instants, je me souviens que je suis enceinte. De temps à autre, mon bébé me le rappelle aussi en bougeant et en donnant des petits coups dans mon ventre. À ces moments-là, je touche mon ventre et je me connecte avec lui.

Exposition au salon

Je me réveille épuisée d'une nuit de sommeil mouvementée par les cauchemars et les brefs moments de réveil en pleurs, désorientée.

L'exposition au salon commence ce soir et les funérailles à l'église sont demain. Je prends quelques effets personnels car nous allons coucher chez mon père.

En regardant et lisant encore une fois les signets commémoratifs, on se rend compte que le salon funéraire a pris cette photo pour peigner notre mère dans son cercueil. Cette coiffure du mariage ne lui ressemble pas dans sa vie de tous les jours. Papa appelle le salon funéraire.

— Mes filles aimeraient apporter une autre photo pour la coiffeuse.

— La coiffeuse a déjà terminé et a quitté. Je vais tenter de la rappeler pour refaire ses cheveux plus naturellement.

— Ajoutez les frais nécessaires, termine mon père.

Nous apportons donc notre photo dans l'espoir que la coiffeuse pourra faire les retouches nécessaires.

Mon père nous imprime un courriel d'une très proche cousine qui se trouve en Europe pour des études :

Vous ne pouvez savoir à quel point j'aimerais être parmi vous, aujourd'hui, pour partager votre peine et pour dire adieu à ma tante Michou que j'aimais tant.

Ma peine est énorme, je ne peux imaginer la vôtre. Hier, je me suis promenée en songeant à vous et à ma tante, qui était tellement pleine de vie… Ce petit nuage, qui était poussé par le vent, seul dans un ciel magnifique, me faisait penser à elle.

Les enfants : ma peine pour vous est énorme parce que vous grandirez sans pouvoir jouir de la présence de votre Grand-Maman. Je serai avec vous par la pensée.

Nous essuyons nos larmes et tentons de manger un peu avant de nous rendre au salon funéraire.

*

La famille immédiate entre dans le salon avant d'ouvrir les portes au public. En entrant, le tableau de photos sert d'accueil pour faire patienter la lignée de condoléances. Je marche lentement vers le cercueil et éclate en sanglots.

Sa coiffure est simple et je remarque qu'ils ont pris le bas de la robe pour faire un foulard autour du cou de ma mère, question de tenter de dissimuler une énorme cicatrice. Je touche sa main froide et d'une texture bizarre, comme dure. Alors que sa main autrefois était moelleuse et chaude. Les pleurs se font entendre. Mon neveu et ma nièce s'approchent du cercueil. Mon petit-neveu de trois ans dit tout haut en apportant un dessin pour Grand-Maman Michou :

— *Il faut faire attention quand on traverse la rue.*

— Je m'excuse, répète plusieurs fois ma belle-sœur mal à l'aise.

— La vérité sort de la bouche des enfants, c'est pas grave. T'inquiète pas, lui répondis-je simplement.

Mon neveu venait de dire tout haut ce que moi aussi je pense et reproche à ma mère !

Le directeur du salon funéraire s'approche de nous :

— Il est temps d'ouvrir les portes. Il y a des centaines de personnes qui font la file dehors.

Nous prenons place dans la lignée de condoléances. Debout là, pendant des heures à recevoir des caresses et des mots d'encouragement.

— Mes sympathies, c'est un terrible accident, disent la plupart des gens.

— Il en fallait trois pour la remplacer…

Elles faisaient référence à ma grossesse, celle de ma sœur et d'une de mes belles-sœurs. Cela me choquait et je ne faisais que garder le silence.

— On dit : chaque décès vaut trois naissances…

Mais quels proverbes, superstitions, malédictions sont ces propos de personnes

âgées. Parfois, il vaut mieux ne rien dire que de dire des choses comme cela ! Comme si tout cela s'expliquait par le fait qu'on est trois à être enceintes ! Elle aurait pu survivre quand même ! Ma tante a bien elle aussi eu l'occasion d'accueillir trois nouveaux bébés dans sa famille. Et elle n'en est pas morte pour autant !

Mes amies proches se présentent et me prennent dans leurs bras. *On est là pour toi*. Les files d'attente pour les condoléances ne diminuent pas. Mon conjoint me dit à plusieurs reprises : *Assieds-toi. Prends une pause. Tu es enceinte, ils comprendront.* Et moi de cesser de répondre : *Non, je ne peux pas.*

Après quelque temps, mon conjoint prend en charge la situation.

— Tu viens avec moi. Tu t'assois avant de tomber par terre.

Je le suis vers l'arrière-salle.

— Les gens sont ici pour vous. Ce n'est pas toi qui doit être là pour eux.

Je reste assise quelques minutes. Il a raison. J'ai mal aux jambes. J'ai mal au dos. Je suis épuisée. Quelques minutes plus tard, je retourne faire la ligne.

Le directeur funéraire nous dit :

— Nous avons invité ceux qui peuvent venir demain, à laisser leur place car il est possible qu'on ne puisse avoir le temps de voir tout le monde. La file fait pratiquement le tour du bâtiment. Quelques-uns ont quitté mais la ligne est toujours longue.

*

Ce soir-là, en me couchant, j'ai le cœur gros. Plusieurs personnes se sont présentées pour ma sœur et mes frères, ma grand-mère, mon père, même pour mon conjoint… et peu pour moi. Je me sens triste et délaissée et je me demande si les autres ont remarqué l'absence de mon réseau. La réponse me vient rapidement de mon conjoint.

— J'ai remarqué que personne de ton bureau n'est venu…

— Habituellement, ils libèrent les gens le jour des funérailles. Ils devraient y en avoir demain matin avant la cérémonie…

J'espère que j'ai raison. Et oui, le lendemain, je suis celle qui a reçu le plus de gens, surtout de mon bureau, pour venir me donner leurs sympathies.

Une de mes bonnes amies du travail me prend dans ses bras :

— Moi aussi j'ai perdu ma mère. Et je sais que rien que je puisse dire n'aidera. Je suis là pour toi si tu veux parler.

J'apprécie qu'elles comprennent que personne ne peut rien faire… rien dire pour soulager la douleur qui rage en moi.

Je vois mon médecin de famille faire la ligne des condoléances juste avant que le cortège quitte pour la cérémonie à l'église.

— J'avais une pause. J'ai décidé de venir vous offrir mes condoléances. Je vais t'écrire un billet médical. Ça ne vaut pas la peine que tu retournes travailler, tu accoucheras dans un peu moins de cinq semaines.

Les gens sont invités à quitter pour se rendre à l'église.

Funérailles

Nous restons un moment privilégié en famille pour dire notre dernier *Au revoir ; l*es pleurs étouffés dans ma gorge sortent tels des torrents : *Michou, je t'aime.*

Je vois le cercueil se refermer lentement sur sa dépouille. Je sens mon cœur se déchirer en deux, comme si une partie de moi se refermait dans le cercueil avec elle. Jamais plus je n'allais voir ma mère, jamais plus je ne serais la même.

Le personnel du salon funéraire commence à nous diriger vers les portes alors que mes pieds s'ancrent vers le sol comme un refus de laisser ma mère derrière moi.

On se rencontre devant l'église. Des cousins portent le cercueil. La musique se fait entendre. Je marche derrière elle, dans ce cercueil de bois luxueux, en procession dans l'allée principale. Je pleure et entends les pleurs de notre famille se mêler au chant. Je vois des centaines de visages se tourner vers nous, toute notre communauté en deuil. Pourtant, ces visages sont comme flous et je n'arrive pas à les reconnaître.

Plus tard, plusieurs nous ont dit avoir fondu en larmes avec nous, émus par nos trois gros ventres, enceintes. Cette scène les hante encore une décennie plus tard.

Un de mes frères lit le plus long texte d'hommage des cartes mémorielles.

La lecture est touchante, profonde, ponctuée de silence. La voix de mon frère se fait par moments émotive, comme étouffée par des pleurs retenus, ce qui rend

l'éloge encore plus touchant.

Tu n'as rien pris pour toi, donnant tout aux autres, trouvant la joie en semant le bonheur autour de toi.

Merci Michou, épouse, mère, ange gardien, de tes petits-enfants et tes bouts de chou à l'école.

Tu as touché la vie et le cœur de tous, ennoblit cette terre par ton dévouement.

Y semant amour, foi et espérance, nous léguant ton rêve à poursuivre.

Tu nous as montré la voie, nous suivons tes pas, certains qu'ils nous mèneront au bonheur.

Solidaires dans l'amour les uns les autres, nous te gardons bien au chaud dans nos cœurs.

Confiants que tu veilleras sur nous toujours.

Que ton âme repose en paix.

Mon bébé donne des coups de pied dans mon ventre. Je sursaute, souris en le touchant.

Ce n'est que plus tard qu'une de mes belles-sœurs me dit : *J'étais tellement inquiète pour le bébé… Et pour toi. Dans l'église, lorsque je t'ai vue sourire et toucher ton ventre, cela m'a soulagée. Comme si les choses allaient bien se passer.*

Il y a tellement de belles fleurs dans l'église. Mes tantes les ramassent et les apportent à la salle communautaire pour les distribuer.

J'ai séché certaines des roses, qui forment un bouquet de plusieurs couleurs. Dix ans plus tard, je les ai encore.

La salle communautaire est bondée de gens qui sont venus nous supporter dans cette épreuve. Il y a plus de deux cents personnes de plus qu'estimé. Une deuxième salle au sous-sol est ouverte pour que les gens puissent s'asseoir. Le traiteur rassure mon père qu'il y aura assez de nourriture pour tous et il ne demande pas plus d'argent que conclu.

Alors que je marche dans la salle, une dame s'approche de moi et me dit :

— Je suis allée à l'école avec ta mère. Avant même d'avoir l'annonce de son décès, elle est venue à moi. Elle prie sans arrêt pour vous depuis des jours. Il est difficile pour elle d'accepter son passage. Quand c'est un accident comme ça, on

n'est jamais prêt.

Je fais attention à qui je fais part de cette discussion car cela choque les croyances. Je suis certaine de son authenticité, ma mère, fervente croyante, priait de son vivant sans arrêt et surtout pour sa famille.

Le ménage

Immédiatement à la suite des funérailles, mes tantes veulent nous aider à faire le ménage dans les affaires de ma mère. Mon père s'efface et nous charge de ses effets personnels.

Il prend cependant le diamant de la bague de mariage de ma mère et continue de la porter encore aujourd'hui.

J'aide mon père à ranger la vaisselle.

— Je ne comprends pas comment ta mère a pu se mettre dans la gueule du loup comme ça, dit-il en secouant la tête.

— Elle était toujours pressée. Je lui ai dit tellement de fois de faire attention, répondis-je.

Je n'avoue pas tout haut que je suis moi aussi en colère contre ma mère, mais peut-être que mon ton de voix a trahi ma pensée.

Nous nous affairons au ménage environ quatre fois les deux semaines suivantes. Des discussions, des souvenirs, des pleurs et du vide. Les tiroirs vides. Le garde-robe vide. Tout est vide. C'est vite pour se débarrasser de toutes ces choses, mais il faut que je termine avant d'accoucher… Et Papa semble vouloir avoir moins de souvenirs de Maman. Je crois que son fantôme le hante partout.

Je prends une chaîne en or qu'elle portait toujours et qu'elle avait au cou lors de son accident. Je garde également le collier en perles qu'elle portait dans son cercueil avec les boucles d'oreilles et le bracelet assorti. Je prends aussi quelques vêtements. Je ne suis pas certaine que je pourrai les porter mais je vais les garder en souvenir.

*

Je ne me souviens pas d'avoir ramassé le billet médical préparé par mon médecin de famille, ni d'avoir parlé aux Ressources humaines, ni d'avoir eu à faire avec la paperasse des assurances d'invalidité pour un congé de deuil… Peut-être, probablement, que mon médecin de famille a envoyé directement le billet

aux Ressources humaines. Me rendant compte de cela, des années plus tard, je leur en suis reconnaissante. Définitivement, je n'avais pas la tête à cela, avec les funérailles et le bébé qui s'en venait.

On m'a invitée à me rendre au bureau. J'entre dans la salle de conférence et voit plusieurs de mes collègues présents. On me remet une carte de condoléances et une somme significative au M&M pour acheter des repas rapides.

— On s'est dit que ça t'aiderait quand le bébé arriverait… et avant aussi.

Je reçois aussi quelques cadeaux pour le bébé.

Seule à la maison, je prends le temps de lire les vœux de mes collègues.

Je pense à toi… Les anges sont toujours là.

Mes pensées et mes prières sont avec toi dans ces moments si difficiles et injustes.

Oui. La vie est injuste, dis-je à voix haute.

*

Je passe chez mon père pour ramasser les derniers effets appartenant à ma mère. Ma sœur est retournée travailler à temps partiel pour terminer son année d'enseignement.

Mon père m'accueille à la porte et me donne une caresse. Quelque temps plus tard, il me raccompagne à la porte et me redonne une caresse tout en me disant :

— Je t'aime. On ne se le dit pas assez souvent.

Soudainement, il éclate en sanglots en s'avançant dans mes bras. Lorsque le sanglot diminue, il dit :

— Le matin de l'accident, j'étais au deuxième étage en train de travailler à l'ordinateur. Ta mère m'a crié d'en bas des marches. Habituellement, elle partait sans s'approcher autant pour dire : *Bye, je te vois pour souper*.

Si j'avais su que c'était la dernière fois que je la voyais, je lui aurais dit Au revoir mieux que cela…

— Tu lui as montré, plusieurs fois par jour, avec les gestes, que tu l'aimais. Et Maman le savait…

— Comme tu es forte, toi.

Ce moment m'a énormément marquée. Personne n'a eu la chance de dire *Au Revoir* et ses derniers mots. Et c'est ce qu'il y a de pire dans un décès accidentel.

C'est tellement un choc au cerveau, qui a du mal à assimiler l'information. Les gens ne cessent de dire *Au moins, elle n'a pas souffert…* Mais nous, oui.

Depuis ce jour, je n'ai plus jamais dit *Au revoir* de la même façon. Chaque fois qu'un être cher quitte, je dis *Au revoir* comme si c'était la dernière fois que je le voyais. Je m'assure de ne pas laisser un conflit ou un je t'aime non dit. Je dis souvent je t'aime à mon conjoint, mes enfants, mon père et ma sœur pour éviter de laisser place au regret et à la culpabilité.

La fuite au chalet

On décide d'aller au chalet afin de s'isoler des regards des gens de notre village. Mon père surtout, qui mentionne avoir besoin de s'éloigner des regards troublés, inquiets, malaisants. De plus, la sonnerie de la porte et du téléphone ne cesse de retentir alors que les gens viennent exprimer leurs sympathies.

En entrant dans le chalet, on ressent un vide pesant. On se rappelle de multiples souvenirs. On pleure, moi, ma sœur et ma grand-mère, assises sur la galerie en ce temps encore frais. Qu'allons-nous devenir sans notre mère ? Grand-Maman de dire : *Notre vie ne sera plus jamais pareille.*

Pendant cette fin de semaine et toutes celles de l'été qui s'ensuivent, il y a des endroits comme interdits. Personne n'en parle, mais la chaise à la table reste vide devant moi. Personne n'ose s'y asseoir. Je m'efforce de manger en retenant mes larmes, la gorge serrée.

Et il y a tous ces autres endroits, sur le sofa, sur le patio, sur la balançoire. Au duplex, ce fut pareil : sa place à la table de cuisine et son fauteuil au salon sont longtemps restés vacants. Comme si son âme, son fantôme y habitait toujours. C'est ce qu'on veut dire avec l'expression *Briller par son absence*.

Casse-tête

Pendant plusieurs semaines, mon esprit tente de reconstituer la scène de l'accident de ma mère, comme les morceaux d'un casse-tête…

Je questionne mon père et ma grand-mère. Je veux savoir ce qui est écrit dans le rapport de police. C'est comme s'il était impossible de trouver la paix, sans pouvoir vraiment reconstituer la scène de l'accident afin de me remémorer les derniers moments de sa vie.

Peut-être avait-elle eu un pressentiment lorsqu'elle m'a téléphoné environ une

demi-heure avant l'accident ? Je n'avais pas rappelé ma mère le soir précédent alors que je lui avais dit que je la rappellerais plus tard… Je m'étais dit que je la reverrais le lendemain… mais elle est décédée avant qu'on se voie !

Mon cerveau tente encore d'assimiler la réalité. Je fais des cauchemars pratiquement tous les soirs… Je vois son énorme cicatrice cousue dans son cou déchiré… Et je me réveille en état de choc, comme si je recevais un coup sur la tête.

D'autres cauchemars s'ensuivent de façon répétitive. Je vois ma mère transparente, qui regarde un corps meurtri sous un autobus avec le bruit des sirènes et leurs lumières rouges. Ma mère marche lentement, curieuse de voir l'accident… et en s'approchant, elle voit que c'est elle… son propre corps. Elle a un regard surpris et alarmé… elle lève son bras et remarque qu'elle est transparente… Elle se met à crier : *Non, non, non*… Et je me réveille en sueur, aussi bouleversée et en panique qu'elle.

Voilà ma réponse. Ma conclusion, plutôt. Elle n'a pas pressenti sa mort.

Entre deux mondes

Je repense à cette dame qui m'a approchée aux funérailles et qui m'a dit que ma mère n'acceptait pas son passage et qu'elle priait sans relâche pour nous.

*

Je me rappelle le rêve de ma belle-sœur. Michou était là, assise au milieu de nous quand toute la famille élargie s'est rassemblée chez elle à la suite de l'annonce de l'accident. Elle tenta à plusieurs reprises de joindre les conversations mais personne ne l'entendait. C'est comme si elle ne comprenait pas qu'elle était décédée et invisible à nos yeux.

*

Ma belle-sœur me raconte que Michou semble les visiter depuis son décès.

Mon petit-neveu de trois ans a dit après avoir joué dehors : *Grand-Maman Michou est sous l'herbe et elle me dit de faire attention.*

Ce même petit-fils a aussi dit à son père tôt en soirée : *Je veux aller jouer à la cave.* Son père lui répond qu'ils sont bien en train d'écouter un film. Le petit-fils s'est mis à insister et a dit : *Grand-Maman Michou m'attend pour jouer dans la cave. Faut y aller*. Mon frère, ébranlé, a suivi son fils au sous-sol.

Ma nièce, le jour de sa fête, a trouvé une carte de souhait d'anniversaire sur son meuble de chambre. Son apparition est mystérieuse.

Fête des mères

Notre famille est autour d'une table à un souper à la salle communautaire le samedi avant la fête des mères. Mon père prend la parole au microphone sur l'estrade.

— Bonne fête des mères à celles qui sont ici présentes et Bonne fête aux mères qui nous ont quittés. Et une pensée spéciale pour ceux et celles qui ont perdu leur mère et à celles qui seront mères sous peu, dit mon père en pesant ses mots lourds de sens et son regard sur nous.

*

L'enterrement de tous les défunts depuis novembre se fait le dimanche de la fête des mères. Quelle ironie, quelle torture… à voir qui a pris la décision de faire tous les enterrements ce dimanche-là. N'aurait-il pas pu attendre une semaine de plus ? Nous sommes possiblement des centaines de paroissiens au cimetière pour l'enterrement d'une vingtaine de corps. Possiblement, nous ne sommes pas les seuls à enterrer notre mère !

Certainement, la personne qui a pris cette décision n'a pas encore perdu sa mère… car il aurait su que cela était cruel, insensible et insensé !

Le bébé avant tout !

Je n'ai plus le temps de pleurer et de regarder des photos de ma mère. Je vais bientôt accoucher. Il faut que je me change les idées. Il faut que j'aille mieux pour pouvoir m'occuper de mon bébé. Je repousse tous les souvenirs de ma mère dans ma maison et dans ma tête.

Ma sœur vient me rendre visite comme à l'habitude. Elle commence à regarder des photos et à pleurer. Elle veut qu'on continue de se remémorer ensemble. Moi, je veux éviter de parler de souvenirs à s'en crever le cœur.

— Je n'ai pas envie de regarder des photos aujourd'hui. On va marcher ? Regarder des affaires pour le bébé ?

Ma sœur a de la difficulté à se détacher des photos et de son état de deuil.

— Je ne vis pas le deuil de la même façon que toi. Je vois que tu as besoin de te souvenir, d'en parler, de pleurer… Moi, au contraire, je veux tourner la page.

J'accouche d'un moment à l'autre et je dois me préparer pour cela. Je crois que tu devrais consulter un thérapeute pour le deuil. Ça te ferait du bien d'en parler avec quelqu'un de neutre.

En regardant en arrière, je me rends compte que j'ai fait une grave erreur en croyant pouvoir simplement refouler ma peine et enterrer mon deuil. En écrivant, je me rends compte que bien des larmes avaient encore besoin d'être pleurées pour arriver à assimiler ma perte énorme. Je vois aussi que consciemment, j'ai déconnecté des émotions de mon corps comme on met *Arrêt* sur une machine. Mais l'être humain n'est pas une machine et les émotions ne se contrôlent pas si facilement.

*

Mon père fait son tour pour venir souper. Il a de la difficulté à souper seul et tente de se faire inviter pour un repas chaud et de la compagnie une fois par jour.

Il est assis sur le sofa, l'air distant et mélancolique. Il me regarde et soudain son visage s'illumine.

— Ah oui, le bébé devrait arriver d'un jour à l'autre !

Je vois que ce bébé est pour lui comme une lueur au bout du tunnel. Il avait oublié que j'étais enceinte comme moi aussi je l'avais fait plusieurs fois depuis l'accident. Maintenant, je suis consciente que je suis enceinte mais c'est comme si je n'étais pas consciente que ma mère soit décédée. C'est comme si je pouvais vivre un seul état à la fois. Il est plus fonctionnel de me souvenir que je suis enceinte avec le bébé qui donne ses coups de pied dans mon bassin qui est lourd. Le bébé, lui, il est là. Je peux encore faire quelque chose, lui parler, le nourrir. Ma mère, elle, est morte et je ne peux rien y changer. L'absence a donc fait que l'état refoulé fut le deuil de ma mère. Je n'étais pas obligée d'y faire face. En revanche, j'allais accueillir une vie et je n'avais d'autre choix que d'y faire face.

L'accouchement

Je me réveille vers minuit avec une contraction.

— Je pense que le travail a commencé.

— Attends un peu. Ils ont dit qu'il fallait plusieurs contractions en cinq minutes, dit mon conjoint.

— Je vais tout de même préparer mon sac d'hôpital.

Il calcule mes deux autres contractions qui sont déjà aux cinq minutes. On part donc quinze minutes plus tard. Arrivée à l'hôpital, je suis immédiatement admise.

Les contractions sont fortes et rapprochées. Le temps que l'infirmière vérifie à quels centimètres je suis dilatée, elle déclare :

— Tu es déjà à sept centimètres. Si on te fait une épidurale maintenant, c'est un peu tard. Ça risque de rendre le bébé somnolent.

Je continue à crier de douleur une autre heure avant que le bébé commence à s'engager.

— Tu vas couper le cordon, dit avec affirmation le docteur en regardant mon conjoint.

— Non merci. répondit-il.

— Ah, oui, tu es capable.

Je crie tellement fort que ma voix retentit dans les couloirs, étant la seule qui accouche naturellement. Ma sœur quitte la chambre lorsque je commence à pousser afin de laisser ce moment intime avec mon conjoint. Soudainement, je sursaute et fixe le coin de la salle et chuchote *Maman* d'un air surpris comme si je la voyais. En fait, je ne la voyais pas de mes yeux mais je sentais une présence. Elle devait être là pour l'accouchement… Je pousse un dernier cri, sentant les eaux crever et mon bébé jaillir comme s'il était projeté par une vague.

Le docteur tend le ciseau à mon conjoint qui le prend et coupe rapidement le cordon.

Je n'entends pas pleurer. Mon Dieu, il ne pleure pas, il ne pleure pas… pensais-je en délire. Deux infirmières prennent rapidement mon bébé et le couchent sur un petit lit dans la pièce. Elles mettent rapidement un tube dans sa bouche pour retirer le liquide amniotique qui l'étouffe, le noie. J'entends finalement à peine un petit pleur faible.

— Nous allons l'amener aux soins intensifs, lance l'une d'entre elles en marchant vers la porte.

Mon conjoint regarde le bébé, me regarde ensuite comme désorienté.

— Vas-y, suis-le…, lui ordonnai-je.

La douleur a été tellement intense que j'ai eu des nausées et des sueurs… Je sens mes jambes trembler.

— J'ai de terribles nausées, dis-je à l'infirmière.

Elle m'apporte un grand bol et me dit :

— Laisse-toi aller… Ses poumons étaient remplis de liquide amniotique. Le travail s'est fait vite et son cœur a forcé. Les poumons repoussent habituellement le liquide graduellement lors des contractions.

Je suis penchée devant le grand bol mais j'ai seulement un haut-le-cœur. Rien ne veut sortir. Mon utérus en douleur laisse échapper des saignements extrêmes.

— On doit te garder un certain temps pour s'assurer que tu n'aies pas une hémorragie.

On me donne des anti-douleurs qui ne me soulagent pas.

Ça fait quelques minutes que mon fils est né, et déjà, je m'inquiète. Je me sens aussi déçue de ne pas avoir eu le moment tant attendu, d'entendre mon bébé pleurer et de le prendre nu, tout gluant sur mon corps en sueur.

Mon conjoint me rejoint.

— Il est à la pouponnière. Il va bien. Ses signes vitaux étaient bas et ils croyaient qu'il avait manqué d'oxygène. Il va passer la nuit là-bas, sous observation dans un petit incubateur. Il lui ont mis des électrodes, une IV et un petit tube dans le nez.

— Votre chambre est prête. Vous voulez aller voir votre bébé en vous y rendant, propose l'infirmière en m'aidant à m'asseoir dans une chaise roulante.

— Oui, lui répondis-je alors qu'elle poussait la chaise roulante.

Je me sens désorientée, ne trouvant pas de point de repère dans les couloirs blancs qui se ressemblent tous. Elle tourne dans la pouponnière. Je le vois enfin, tout petit, minuscule, intubé dans son incubateur. Il est le seul bébé ici.

— Maman est là. Je t'aime. N'aie pas peur, dis-je en lui flattant sa petite main.

Je retiens mes larmes, me sentant impuissante et inquiète. En arrivant dans la chambre, je me mets à pleurer.

— Je suis la seule maman qui n'aie pas pu prendre son bébé. La seule qui n'aie pas son bébé dans sa chambre, dis-je à mon conjoint en hoquetant au travers de

mes larmes.

Je tombe endormie quelques heures. J'entrouvre les yeux. L'infirmière entre avec mon bébé dans ses bras.

— Fais du corps à corps et tente de l'allaiter, dit-elle en levant doucement le lit mécanique en position assise.

Elle le dépose dans mes bras en le plaçant vers mon sein. Il est somnolent et n'arrive pas à prendre le mamelon.

— Il est encore faible. Je vais le ramener aux soins intensifs et te le retourner dans une heure pour réessayer, dit-elle en le prenant pour quitter la chambre.

Tel que dit, elle revient et le remet sur le sein. Elle aide à guider ma posture pour faciliter la tétée. Elle aide aussi le bébé en ouvrant ses lèvres pour activer l'instinct de succion. Sans succès.

— Le bébé ne boit pas. Il va falloir le supplémenter à la formule, conclut celle-ci. Tu veux essayer ? demande-t-elle en se tournant et s'adressant à mon conjoint.

C'est au tour de Papa d'essayer de donner le boire. Une infirmière me montre comment utiliser une pompe pour tirer mon lait dans une bouteille pour le prochain boire. Et une routine s'installe qui va durer deux mois. Tentative d'allaitement, changement de couche, pomper mon lait pendant que mon conjoint donne le biberon de mon lait maternel durant ce temps et dodo.

Finalement, il boit un peu et peut rester avec nous dans la chambre.

Ma sœur vient me visiter et regarde mon fils tout mignon.

— Ohhh, comme il est beau, dit-elle.

Elle me raconte ensuite son expérience de mon accouchement. Qu'elle m'entendait crier dans le corridor. Mon conjoint, qui avait annoncé à ses parents qu'on s'en allait à l'hôpital, était dans la salle d'attente avec ma belle-sœur.

— Quand j'ai vu les deux infirmières sortir à pas de course avec le bébé, j'ai eu peur. J'ai vu que ses yeux tournaient dans le vide. Ta belle-famille aussi était inquiète. Ce soir-là, je n'ai presque pas dormi et je voulais attendre de te parler avant de téléphoner au reste de la famille. Et si le bébé a manqué d'oxygène, s'il n'est pas correct et a des séquelles… J'étais soulagé quand tu m'as dit que le bébé était finalement dans la chambre. J'ai téléphoné à Papa et à nos deux frères avant de me rendre à l'hôpital. Quand je l'ai vu en entrant, tout beau, tout parfait, j'ai

poussé un soupir de soulagement.

Postpartum

Pendant les heures allouées, je reçois beaucoup de visites. Mais aussitôt que les heures de visite cessent, je me mets à pleurer, parfois pendant des heures. Je suis épuisée et à bout de nerfs. Et la pensée que ma mère aurait dû être là et qu'elle ne l'est pas me fait pleurer constamment. Je me rappelle cette parole qu'elle m'avait dite la dernière fois que je l'ai vue : *J'ai assez hâte de le voir.* Cette phrase, avec le souvenir de la voix de ma mère, me hante et me déchire. Jamais ma mère n'aura vu mon fils. Jamais elle ne le prendra dans ses bras. Parfois, j'ai le temps de faire un cauchemar en lien avec l'accident ; où elle était, comment cela s'est produit ? Et ce « pow » qui me réveille en sueur. Lorsque j'ouvre les yeux, mon esprit continue de créer des images et je vois un *flash* : le corps de ma mère couché, sans vie, dans la petite chambre blanche sinistre, cette cicatrice partant de son oreille, sa joue et son cou. Et je pleure à chaudes larmes.

Une des infirmières s'approche vers moi.

— Il est normal de se sentir parfois déprimée par suite d'un accouchement. Si cela persiste, il faut consulter son médecin pour une dépression post-partum.

J'acquiesce en hochant la tête. Elle ne peut imaginer le drame familial que je vis et la tristesse en moi face au décès de ma mère.

*

L'hôpital fait des rénovations et nous sommes la dernière chambre habitée au bout du couloir en débris. Dès 7 h, nous entendons les bruits des scies électriques et des coups de marteau. Ce vacarme nous réveille et vient à nous irriter. Notre sommeil léger est déjà miné par les rondes des infirmières et les boires de notre fils. Le sommeil de mon fils est également interrompu et il sursaute fréquemment lorsqu'il entend les bruits de construction.

*

Malgré tous les efforts d'allaitement et de supplément au biberon, mon fils développe la jaunisse puisqu'il ne boit pas assez. L'infirmière apporte un incubateur pour le traitement de luminothérapie. Je dois le laisser le plus possible dans son petit lit alors que je veux tant le prendre dans mes bras avec tendresse. Le seul temps que je puisse prendre mon bébé est quand je l'allaite. Et

dans ces moments, je me sens stressée et incompétente. Je ne comprends pas pourquoi ça ne marche pas. Je me sens jugée par certaines infirmières. *Tiens-le comme cela, pas comme ceci…* Allaiter devrait se faire naturellement, instinctivement et facilement. Pas du tout l'image que j'avais de l'allaitement comme étant un moment de tendresse et d'intimité.

État de survie

Après cinq jours, on nous donne finalement notre congé de l'hôpital. Il faut cependant aller à la clinique d'urgence chaque jour pour une prise de sang afin de monitorer la jaunisse.

Je suis épuisée au point de ne plus penser à ma mère et à l'accident. Je suis en état de survie avec le rituel qui continue. Allaiter, pomper… soit manger ou dormir ou se laver car j'ai seulement quarante-cinq minutes entre chaque boire.

On se rend à la clinique d'urgence tel que prévu pour la prise de sang pour le test de jaunisse. On retourne à la maison pour continuer, comme un zombie, notre rituel sans fin d'allaitement difficile.

Quelques heures plus tard, le téléphone sonne. Mon conjoint raccroche et je l'entends lâcher un juron, épuisé. Il monte à l'étage me voir et dit :

— C'est l'hôpital, on doit ramener le petit. Sa jaunisse est trop haute.

On se rend donc à l'Hôpital des enfants (CHEO). On est immédiatement dirigés vers une petite salle privée déjà prête pour le traitement de luminothérapie en incubateur. Nous avons deux chaises droites pour nous asseoir. Et le cycle recommence. Allaitement, bouteille, couche, incubateur. J'ai encore souvent des crampes à l'utérus pendant l'allaitement et des saignements. Je prends mes médicaments antidouleurs. Personne ne nous avise avant qu'on accouche, que nous aurons des saignements sans arrêt pendant trois semaines et plus.

On cogne des clous, en position assise, tellement on est fatigués et qu'on ne peut poser la tête nulle part sur ces dossiers droits. Quelques heures plus tard, un infirmier vient faire une prise de sang sur le pied minuscule de mon bébé qui crie au meurtre. J'ai les yeux plein d'eau et j'ai mal pour lui. Lâchez-le, vont-ils le lâcher me dis-je en chuchotant les dents serrés. Il revient une heure plus tard avec le résultat. Il est déjà minuit.

— Sa jaunisse est encore trop haute. Il va falloir poursuivre le traitement

pendant la nuit.

Malheureusement, il n'y a pas de chambre disponible.

Mon conjoint me regarde avec compassion.

— Tu n'as que le choix de rester puisque tu allaites. Je suis vraiment désolé. Est-ce que je peux aller me coucher à la maison et avoir une bonne nuit de sommeil ? Je suis épuisé.

— Vas-y, je sais que tu as été debout autant que moi. Te lever, m'amener le petit, lui donner à boire et changer sa couche pendant que moi, je pompe du lait comme une vache. Laisse-moi aller aux toilettes avant.

Lorsque je reviens, il me donne de la monnaie et dit :

— Il ne reste plus beaucoup de collations et il y a une distributrice juste à la sortie de la chambre.

Lorsqu'il quitte, je me mets à pleurer d'épuisement. Ma mère aurait été là, elle serait venue prendre la relève. Je n'aurais pas été seule, toute la nuit à l'hôpital. Je prends mon petit trésor et je l'allaite un peu sur chaque sein. Je n'ai pas apporté ma pompe pour tirer le lait et je sens des nœuds et de l'inflammation s'accumuler dans mes seins à chaque tétée. Je dépose mon fils dans son incubateur. Je tente ensuite de me coucher en petite boule sur le côté, prenant l'espace des deux chaises. Je tombe endormie pour environ une heure, moins d'un œil ouvert. Il y a tellement de gens qui passent dans les couloirs. Je n'ai pas d'intimité et je ne sens pas que mon bébé soit en sécurité dans ce brouhaha. J'allaite quand je vois mon bébé ouvrir les yeux et se tourner vers moi. Je commence finalement à avoir faim et envie d'aller aux toilettes. Je ne peux laisser mon bébé seul dans cette section de traitement achalandée aux urgences. Finalement, l'infirmière entre vérifier notre état.

— Est-ce que tu peux rester un moment le temps que j'aille aux distributrices pour m'acheter une barre Granola et aux toilettes ?

— Pas de problème.

Je m'arrête aussi prendre quelques gorgées d'eau aux abreuvoirs. J'allaite à nouveau et tente de fermer l'œil quelques instants. Tout mon être est en période de survie. Mes besoins de base de manger et dormir ne sont pas comblés. Je regarde mon petit trésor privé de la chaleur de mes bras et de vêtements car il

doit avoir son traitement en couche. Il est aussi en état de survie avec son corps qui a froid et soif. Je tente de le nourrir mais il n'arrive pas à se satisfaire de lui-même. Ça me déchire le cœur de le voir souffrir et se battre, alors que je ne peux pas l'aider autant que je le voudrais. Je m'efforce à ne pas écouter mon instinct maternel qui me dit de le sortir de cette machine, de le prendre, de le cajoler, de lui partager ma chaleur et de le faire se sentir aimé et en sécurité. Je me résigne à passer ma main par le petit espace dans l'incubateur, là où les fils passent, pour tenter de caresser sa main, ses petits doigts et ses petits poings. Par réflexe, il m'attrape et tient mon index. Il s'accroche à moi et à la vie. Je le regarde et je lui parle. Je veux qu'il entende ma voix et sache qu'il n'est pas seul.

Deux infirmières viennent faire une autre prise de sang, tôt en matinée pour être un des premiers échantillonnages de la journée. Mon conjoint arrive quelques minutes plus tard.

— Nous avons finalement les résultats. C'est mieux, mais nous préférons refaire quelques autres heures de traitement. Nous reviendrons vers midi.

Une autre prise de sang doit être réalisée sur ses petits pieds, qui sont rouges de piqûres. Il voit la seringue et tout son petit corps se crispe et se raidit alors que l'infirmière n'a même pas encore inséré l'aiguille.

— Pauvre petit. Il commence à être traumatisé. Il sait que l'aiguille s'en vient, dit l'infirmière d'un ton attendri.

Il n'y a pas que lui qui est traumatisé, pensais-je en le voyant dans cet état. Mon corps à moi aussi est tout tendu et crispé. Je sers les dents et hausse mes épaules en secouant la tête en appréhension d'entendre sous peu son petit cri de douleur strident. Encore une fois, je retiens ma pulsion de repousser l'infirmière et de prendre vivement mon nouveau-né pour le protéger de la douleur.

Finalement, nous recevons notre second congé de l'hôpital. La routine recommence et puisque mon conjoint est là pour quatre semaines, il peut continuer d'aider pendant la nuit.

Coliques

Quelques jours plus tard, je reste seule pour quelques heures avec mon fils. Je me sens stressée. Je ne suis pas certaine de pouvoir y arriver seule. Mon fils pleure pour son boire. Il prend quelques tétées et commence à se tortiller. Il pousse mon sein et pleure de douleur. Je tente de le consoler en lui parlant

doucement. Ensuite, je le mets sur mon épaule et lui frotte le dos afin de voir s'il a un rot. Pas de rot et des pleurs qui s'accentuent. Je vérifie sa couche. Rien. Je commence à me sentir stressée de ne pas comprendre son besoin. Je suis sa mère, je devrais le comprendre. Je me sens impuissante et incompétente. Il se tortille et a le ventre et les jambes qui se raidissent. Je conclus que c'est ce qu'on appelle une colique et que mon devoir de mère est de le prendre pour le rassurer et l'aider à passer au travers de sa douleur. Après une heure de colique, je suis fatiguée et le cri strident est irritant. Je pleure avec lui en me disant que ma mère serait venue m'aider.

Le téléphone sonne. C'est mon conjoint.

— Je viens de finir ma partie de hockey. Je voulais m'assurer que ça va bien avant de décider si je prends une bière avec eux, me dit-il gentiment.

— Non. Ça va super mal. Le bébé pleure depuis une heure et je suis épuisée, lui répondis-je d'un ton vif laissant paraître mon épuisement.

— Ok. Je m'en viens.

*

Lorsque mon conjoint retourne au travail, ce n'est pas plus facile avec mon fils. Je suis en manque de sommeil constant et ne dort pas plus d'une heure à la fois. Mon fils fait des coliques tous les jours et toutes les nuits après son boire de 4 h du matin. Son ventre devient dur. Ses jambes se raidissent et il crie de douleur en arquant le dos. Je le tiens dans mes bras, le berce en frottant son dos.

Je cherche des solutions pour calmer sa douleur. Je trouve un petit sac à billes chaudes qu'on met dans le ventre d'un petit mouton en laine qui fait de la musique. Cela le calme un peu. J'achète un produit homéopathique, cela aide un peu. Je m'abstiens de mets épicés et aussi d'aliments pouvant causer des gaz (chou-fleur, brocoli, chou, légumineuse, houmous).

J'ai tellement mal aux seins. Je fais des mastites, une inflammation douloureuse dans les vaisseaux sanguins qui apportent le lait aux mamelons. Je mets des feuilles de chou dans ma brassière ! Dégueulasse ! Mais rien ne marche mieux que cela. Quand je les enlève, elles sont molles et chaudes, ce qui dégage une senteur perceptible. Ce qu'on peut faire quand on est au bout du rouleau !

Ces quatre premiers mois sont extrêmement difficiles. Et lorsque je suis seule,

je pleure souvent en murmurant : *Maman serait venue m'aider*… Après m'être dit cela à maintes reprises, je commence à accepter de l'aide de mes beaux-parents. Lorsque je passe une nuit debout et n'en peux plus, je les appelle vers 7 h du matin. Ils viennent ramasser mon fils avec mes réserves de lait maternel pompé dans une bouteille, avec son sac à couches et ses petits effets personnels. Après quelques heures de sommeil consécutives, je me réveille car la douleur dans mes seins m'indique qu'il faut pomper du lait.

J'arrive à peine à faire le lavage et encore moins le ménage. Cela me stresse de voir les tâches ménagères s'accumuler.

La sauce à spaghetti

J'en ai assez de manger des mets à emporter ou des plats surgelés et vite faits. Alors que mon petit trésor dort, je décide de faire de la sauce à spaghetti… seule, en pleurs incontrôlables. Je me remémore une des dernières phrases que ma mère m'a dites : *Je te verrai ce soir pour faire une sauce à spaghetti.* Sa voix me revient en écho. Je nous imagine assises toutes les trois (avec ma sœur) à faire des recettes ensemble. La senteur de la sauce mijotant me monte au nez et me fait pleurer de plus belle. Les larmes se transforment en sanglots haletants.

Lorsque mon conjoint revient de travailler, il me trouve en sanglots en brassant la sauce comme une automate.

— Ma mère aurait dû faire cette sauce avec moi. C'était prévu le soir de l'accident. Et je l'ai faite seule…

Il me prend dans ses bras pour me consoler, gardant un silence respectueux et réconfortant.

Pendant plusieurs années, les soupers spaghettis me donnaient comme un serrement à la gorge et j'avais peine à avaler une bouchée. Je dis à chaque fois : *C'est un des repas préférés de ma mère, qu'on devait faire le soir de l'accident*. Et de même quand je mange des épis de blé d'Inde et des fraises. Sept ans plus tard, je dis à mes enfants : *Grand-Maman Michou aimait*…

Symbiose

Mon lien avec mon fils est fort. Je suis en symbiose avec lui. Quand je le regarde tomber endormi dans mes bras, je suis attendrie. Je le prends, le berce, lui parle, lui chante des chansons plusieurs fois par jour. L'allaitement est devenu

un moment tendre et privilégié et maintenant, le tout se fait naturellement. Je tombe parfois endormie dans la chaise berçante avec mon fils soutenu par le coussin d'allaitement. Mais l'amour endure la fatigue et ses petits sourires me redonnent de l'énergie pour continuer. Ces moments sont les plus précieux qui soient.

Le bébé sauveur

Papa vient me rendre visite et m'apporte une petite fleur dans un pot. Il prend son petit-fils dans ses bras. Ses yeux s'allument, sa voix se fait douce et chantante. Un sourire se dessine sur son visage. Ce sourire que je n'ai pas vu depuis l'accident. Mon fils arrive à aller rejoindre mon père, dans les jours les plus noirs de sa vie. Il est comme une bouée de sauvetage rappelant le miracle de la vie dans sa fragilité et sa beauté à l'état pur.

*

Le printemps arrive enfin et on se rassemble plusieurs fins de semaine au chalet. Ma grand-mère vient souvent avec nous et elle prend mon fils pendant qu'on prépare les repas.

J'allaite mon petit en me balançant et jasant avec mon père et en soirée devant des films romantiques avec ma sœur et au feu de camp.

Fête au chalet

Nous avons la tradition d'inviter la famille élargie au chalet afin de fêter l'anniversaire de ma mère et de ma grand-mère. La fête de Maman est le 12 juillet et la fête de Grand-Maman est le 10 juillet. La fête de famille est toujours un samedi. Comble du hasard, cette année, le samedi tombe le 12 juillet, jour exact de la fête de Maman.

Mon père se fie à ma sœur et moi pour contacter les tantes, organiser le menu et le déroulement de la journée. Cela occasionne un stress supplémentaire car je ne peux tenter de récupérer du sommeil en même temps que mon fils et doit m'affairer à être hôtesse. L'absence de ma mère se fait omniprésente et on entend son nom sur plusieurs lèvres.

Lorsque je me change pour le souper, à la suite d'une baignade, je me penche pour prendre un vêtement dans ma valise. Soudainement, alors que mes bras s'affairent dans le fouillis de vêtements, je sens ma chaîne glisser de mon cou et

tomber dans ma valise. Pourtant, je ne me suis pas accrochée. *Ok. Mom* dis-je tout haut, *Je vais mettre ta chaîne*. Cela fait environ trois semaines que je me dis que je devrais porter la chaîne de ma mère, en souvenir, pour l'avoir près de moi tout le temps.

Je raconte l'évènement à ma sœur pendant que Grand-Maman reçoit son cadeau.

Mon père porte un *toast* avant le repas :

— Bonne fête Grand-Maman. Bonne fête aussi à Miche.

Pour donner suite au souper, on chante Bonne fête à Grand-Maman. Un silence s'installe, remplaçant le chant de Bonne fête de ma mère qui s'ensuit habituellement. Un motton me serre la gorge. *Bonne fête Michou*, murmurai-je les yeux larmoyants.

Le lendemain, de retour à la maison, je mets la chaîne de ma mère, tel que je lui avais promis. Je prends mon autre chaîne, restée dans ma valise. Je l'observe bouche bée… Elle n'est pas cassée ! C'est comme si on avait tiré sur l'attache tel qu'on le fait normalement pour enlever une chaîne. Un frisson passe dans tout mon corps. Cela renforce mon impression que la chaîne tombée a été l'œuvre de ma mère. Si je l'avais inconsciemment accrochée… elle aurait été brisée. *Voilà Michou, j'ai ta chaîne à mon cou,* dis-je tout haut comme si elle se trouvait devant moi.

Le répondeur

Plusieurs oncles et tantes disent à mon père qu'il est difficile d'entendre sur le répondeur le nom de ma mère avant de laisser un message. Et puisque mon père n'est pas souvent chez lui, c'est souvent le message qu'ils entendent. Après plusieurs mois, mon père change son message n'y laissant que son nom. Et ce fut à mon tour, de trouver difficile d'entendre le nouveau message témoignant que ma mère n'y habite plus.

Pilote automatique

Malgré le temps qui passe, ma colère contre ma mère est toujours présente.

Ma belle-mère écoute mes confidences et dit :

— Nous avons tous des moments d'inattention, chaque jour. Celui-là a été fatal pour ta mère.

Peu de temps après cette discussion, je gare la voiture au bureau et je commence à marcher en mettant les clés dans ma bourse. Je sursaute et constate que je viens de faire le même geste qui a coûté la vie à ma mère. Je remarque également que je tombe souvent en pilote automatique en conduisant…

L'accouchement de ma sœur

Ma sœur m'appelle en matinée pour me dire que ses eaux avaient crevé. Finalement, je ne serai plus seule à journée longue, pensais-je.

En fin d'après-midi, elle me recontacte lorsqu'elle est admise à l'hôpital. J'attends le prochain allaitement avant de quitter pour la rejoindre avec un sac glacière contenant ma pompe d'allaitement et des bouteilles. Nous passons plusieurs heures à l'hôpital. Nous parlons de Maman ; comme elle aurait dû et surtout voulu être là. Je me place dans un coin pour pomper du lait. Quelle scène farfelue ! Mais tant pis !

Ma sœur ne dilate pas rapidement. On lui répète à plusieurs reprises qu'il est trop tôt pour l'épidurale. Lors de la dernière vérification, on lui dit finalement qu'ils peuvent commencer à se préparer pour l'épidurale et enchaînent avec les questions de consentement.

Soudainement, un médecin entre dans la chambre.

— Je suis extrêmement désolé. Il y a plus de gens admis que le nombre de personnel au travail. Le travail a pris plus de temps que prévu et la dernière admission était trop urgente et avancée pour faire un transfert d'hôpital en ambulance. Nous devons envoyer la personne la moins avancée dans son travail. Et malheureusement, c'est toi. On va te transférer dans les prochaines minutes.

Ma sœur éclate en sanglots. Mon beau-frère lâche un juron et arpente la pièce à bout de nerfs. Mon beau-frère embarque avec elle dans l'ambulance. J'aide ma sœur à récupérer ses effets personnels pour les mettre dans mon auto et les rejoindre à l'autre hôpital à vingt minutes de route. Cet hôpital et son personnel sont anglophones alors que nous sommes francophones. Cela complique les explications car nous ne connaissons que certains termes anatomiques et médicaux en anglais.

L'infirmière dit d'un ton irrité :

— It's not the first time this hospital sends us a patient by ambulance like this.

(Ce n'est pas la première fois que cet hôpital nous transfère un patient comme cela par ambulance.)

Je commence à expliquer la situation.

— She's been in labor for almost fourteen hours. She is dilating slowly. They were just about to do an epidural… (Elle est en travail depuis environ quatorze heures. Elle dilate lentement. Ils étaient sur le point de faire une épidurale).

— I'm not talking to you (Je ne te parle pas), dit-elle sèchement d'une voix autoritaire et irritée.

Je reste surprise et fait un pas vers l'arrière. Cela me choque et me blesse. Je ravale ma salive, les yeux moites.

Je repars peu de temps après, alors que le personnel médical recommence une seconde fois la vérification pour la dilatation et les consentements verbaux pour l'épidurale. Je retourne juste à temps pour le boire de 4 h du matin. Je me couche finalement, éreintée, ne pouvant imaginer l'épuisement et les douleurs de ma sœur.

Quelques heures plus tard, ma sœur téléphone.

— J'ai eu l'épidurale. On vient de me dire que le travail n'avance pas. Le sac amniotique a éclaté depuis plus de vingt-quatre heures. Si cela ne change pas bientôt, ils parlent de possiblement faire une césarienne. Le bébé s'en vient épuisé. Prie pour moi… dit-elle d'un ton saccadé et abattu.

— Je vais prier pour toi. J'attends de vos nouvelles.

Quelques heures plus tard, le téléphone se fait entendre. C'est mon beau-frère.

— Finalement, on a le bébé, un petit garçon en bonne santé.

— Comment ça s'est passé finalement, demandai-je.

— Ils ont fait une césarienne. Ta sœur pleurait. Ça a été difficile. Mais c'est fini.

Du début de l'éclatement du sac amniotique à la césarienne, le tout aura duré vingt-neuf heures.

Sans notre mère

Les quatre prochains mois ensemble furent remplis de bons moments. Une journée chez elle, une chez moi. L'allaitement avec mon fils va mieux. Je peux

donc aider ma sœur avec l'allaitement de son fils en les aidant tous les deux à se positionner. Et les coliques de mon fils ont cessé alors que celles de son fils commencent. Parfois, je garde son bébé quand elle va à ses sessions de counseling avec une thérapeute spécialisée dans le deuil.

On fait aussi plusieurs sorties avec nos bébés dans des groupes de jeu communautaire et au centre d'achat. De longues marches côte à côte en poussant nos poussettes. Et parfois, la mélancolie revient et on se dit que Michou devait être avec nous pour ces bons moments.

Nous préparons le baptême de mon fils et de mon neveu et ma nièce, ces trois petits tant attendus par notre mère lors de son accident.

Le baptême se fait en groupe à l'église. Grand-Maman est là pour l'évènement. Nous sommes fières et heureuses avec nos bébés. Mais il manque notre mère. On aurait tout fait afin qu'elle soit là pour ce moment mémorable. Elle aurait été si fière. Elle les aurait pris dans ses bras et embrassés sur le front à tour de rôle.

Retour au travail

Lorsque je retourne au travail, je n'en ai pas du tout envie. Mon conjoint prend les trois derniers mois du congé parental, cela me force à revenir travailler plus tôt alors que j'aurais pu me reposer quand mon petit commence juste à faire ses nuits et dort une seule grosse sieste d'après-midi de deux heures.

Je quitte le matin, le cœur gros, lui cédant ma place. Tous les deux en pyjama en train de déjeuner.

Mon fils s'habitue rapidement. Au point qu'il ne réagit plus quand je quitte et qu'il commence à pleurer quand c'est Papa qui est hors de sa vue. Cela me blesse. Je ne veux pas laisser ma place.

Je reviens chaque jour du travail en ayant hâte de voir mon conjoint et de jouer avec mon fils.

Jamais je n'avais imaginé autant d'amour dans ma vie.

Une autre vie

Quelques semaines plus tard, mon père s'assoit pour discuter avec ma sœur et moi. Il racle sa gorge comme il le fait pour annoncer le sérieux de la conversation. Je sens mes muscles se raidir. Je ressens un malaise.

— Je connais une dame qui est vraiment extraordinaire et je n'aimerais pas

manquer ma chance. Elle m'a invité à aller chez elle aux États-Unis pour l'accompagner à une fête du Jour de l'an. Si je refuse, je vais peut-être manquer ma chance…

— Tu veux partir au premier nouvel an sans Michou et au premier de tous nos petits bébés ? On a une fête de parenté de ton bord de famille au Jour de l'an, dis-je abasourdie.

Ma sœur répète des propos similaires laissant clairement entendre sa désapprobation.

— Je vais être là à Noël et après pour le chalet, se défend mon père.

— Je trouve cela inacceptable. Je vais me retrouver à dîner dans ton bord de parenté, alors que tout le monde va savoir que tu es parti voir une autre femme… seulement huit mois après le décès de Maman, continuai-je d'un ton ferme.

Je suis en colère. Je ne peux pas le croire. Comment peut-on oser faire un tel choix ? Comment peut-il choisir une autre femme au lieu de sa famille ?

Je me sens déchirée. J'ai grandi dans une famille modèle connue de tout le village. Mon père et ma mère ont toujours donné l'image d'un couple uni, marié depuis plus de trente ans. Mon père, fervent bénévole, au hockey, dans le club Richelieu, Président de la caisse populaire. Ma mère était présente à tous les événements qu'ils soient formels ou informels. Quatre enfants bien placés. Une famille qui se montre à la messe le dimanche.

Je me sens maintenant issue d'une famille brisée. Je ne suis pas prête à cela mais j'arrive à cette constatation. Mon père tente à plus d'une reprise d'expliquer son choix et d'avoir ma bénédiction et celle de ma sœur. Mais on ne la lui donne pas.

*

On visite ma tante qui nous aide avec nos bébés.

— Laissez votre père y aller. Je ne l'ai pas vu heureux depuis le décès de Michou. Tout de suite après son décès, même avec nous en famille, je voyais qu'il était mal à l'aise de ne pas être accompagné… de se présenter seul. Je me suis dit qu'il ne resterait pas longtemps seul. Nous sommes tous d'accord avec sa décision. On veut qu'il soit heureux. Cette dame est gentille. Nous la connaissons d'un voyage de groupe organisé.

Premier Noël sans toi

La tradition familiale est qu'on se voie à Noël au soir chez mon frère pour déballer les cadeaux. Cette fête se veut à l'image des Noël passés mais ce n'est pas pareil sans ma mère. Il y a comme cette mélancolie flottante de souvenirs et d'ennui. On tente de garder le sourire et la magie de Noël pour nos enfants.

Nous passons quelques jours au chalet comme de coutume. On fait notre soirée fondue à la chandelle et on échange les bas de Noël.

Lorsque nous quittons le chalet l'avant-veille du Jour de l'an, mon père nous souhaite Bonne Année. J'accepte sa caresse sans dire un mot.

Et il est parti aux États-Unis, malgré nos discussions.

Je trouve cela complètement déplacé, une trahison envers ma mère et son souvenir.

Absent au Jour de l'an

Au Jour de l'an, le moment est venu pour la rencontre de la famille élargie de mon père. J'ai envie pour un moment de donner une excuse pour ne pas y assister, mais je me résigne à m'y rendre.

Je suis mal à l'aise pendant la visite familiale. Le malaise se fait sentir. Tout le monde sait que mon père est parti, où il est parti et avec qui, ainsi que le conflit que cela a créé avec ma sœur et moi. Les gens évitent le sujet et ne parlent pas du tout de mon père.

Pendant que j'allaite mon fils dans une chambre à coucher, je pleure de honte et d'un sentiment d'abandon. Je pleure aussi de tristesse de l'absence non choisie de ma mère et de celle choisie par mon père. Je ressens aussi de la colère envers cette dame. Évidemment, elle sait que mon père a des enfants et des petits-enfants et que c'est notre premier Jour de l'an sans ma mère. Je la trouve ingrate et égoïste d'avoir mis mon père dans cette situation délicate. N'aurait-elle pas pu l'inviter un peu plus tard à un autre évènement ?

Je reste longtemps à allaiter. Cela me donne l'excuse de disparaître, de faire fausse route… comme mon père l'a fait.

Ma sœur entre dans la chambre.

— Nos belles-sœurs s'inquiètent et trouvent que tu n'as pas l'air bien. Les cousines te cherchent. Viens-t-en.

Je hausse les épaules. Elles n'ont pas tort.

Je ventile ces dernières pensées à ma sœur.

— Allez viens, insiste-t-elle d'un ton ferme.

À contre-cœur, je sèche mes larmes et tente de me ressaisir. Je prends quelques grandes respirations. Je sors de la chambre pour rejoindre la fête qui n'est pas une fête dans mon cœur. Je me joins et souris aux autres, jouant un rôle, portant un masque d'hypocrisie, afin de ne pas faire la trouble-fête.

Ma cousine pèse ses mots car elle est au courant du conflit.

— Je ne veux pas trop parler. Votre père passe un moment très noir dans sa vie. Il ne vous dit pas tout. Il vous protège. Il a dit : *finalement, la vie vaut peut-être la peine d'être vécue*.

Deuxième bébé

Mon conjoint et moi passons plusieurs beaux moments de parents. Le premier sourire, la première dent, les premiers mots, les premiers pas… Je regarde mon fils grandir et se détacher de moi et je me dis que je n'ai plus de bébé à caresser dans mes bras. Je n'ai pas envie de faire ce deuil et veux poursuivre cette merveilleuse aventure de donner la vie et d'avoir ce lien privilégié des premiers mois à la suite de la naissance.

J'aborde la discussion avec mon conjoint.

— Qu'est-ce que tu dirais d'essayer pour un deuxième bébé ?

— La dernière fois, ça a pris neuf mois. Disons qu'on ne se protège pas mais qu'on n'essaie pas nécessairement.

Le mois suivant, mes règles ont du retard. Je fais un test de grossesse. Je reste surprise de voir la petite ligne apparaître marquant un résultat positif.

— Je suis enceinte, annonçai-je à mon conjoint.

— Déjà, la première fois, ça a pris neuf mois.

Californie

Ma collègue et moi prenons l'avion pour aller à une conférence internationale en Californie afin de présenter notre programme pour mères adolescentes dans le cadre de notre subvention de recherche.

Je suis enceinte et je me porte généralement bien. J'ai un peu le mal des

transports et je prends quelques comprimés antiacides.

On passe de bons moments à visiter San José. Les deux présentations en anglais se passent bien malgré la nervosité.

Je téléphone pour parler à mon conjoint et mon fils tous les soirs. Je m'ennuie de mon petit chou. Je ne suis pas habituée à ne pas l'avoir avec moi. Je lui achète un toutou que j'ai hâte de lui remettre en le serrant dans mes bras.

On regarde les nouvelles qui mettent la ville en état d'alerte car il va possiblement y avoir du gel au courant de la nuit. On voit qu'on annonce une tempête pour plusieurs villes aux États-Unis.

Le lendemain, on se rend à l'aéroport en espérant ne pas avoir trop d'embûches vu les conditions météorologiques. Une annonce à l'intercom nous informe de plusieurs heures de retard pour notre transfert via l'aéroport de Boston. On commence à regarder notre montre et le temps continue de passer lentement. Finalement, nous décollons mais n'avons que dix minutes pour effectuer notre transfert. Je demande à l'hôtesse :

— Is it possible to let us get out first, we only have ten minutes to transfer to another flight? (Est-ce possible de nous laisser sortir en premier ? Nous avons seulement dix minutes pour notre transfert à un autre vol.)

— I'm sorry, I can't. Most passengers have transfer flights to catch. I can't do an exception. (Je suis désolée. Je ne peux pas. La plupart des passagers ont des transferts à effectuer. Je ne peux pas faire d'exception).

On stresse tout le long du trajet. Qu'allons-nous faire si nous manquons notre vol qui s'avère être le dernier vers Ottawa avant le lendemain ?

On sort en courant dans l'aéroport avec notre sac sur le dos. Le mien est lourd, avec une statue de chat en métal achetée au musée égyptien.

On réussit à embarquer de justesse dans l'avion. Je touche mon ventre. J'ai une crampe après avoir couru un bon moment avec le poids lourd sur mon dos. Ma crampe continue et je commence à m'inquiéter pour le bébé.

On atterrit finalement et attendons nos bagages près du chariot déroulant vide. Nos bagages nous seront livrés dans les prochains jours.

Spotting

Le lendemain, à mon réveil, je vois du sang lorsque je m'essuie aux toilettes.

Le spotting s'accentue.

— Je saigne. J'ai peur de faire une fausse couche, dis-je à mon conjoint.

On regarde sur le web. Plusieurs femmes ont des saignements au premier trimestre de la grossesse.

J'en parle à ma sœur et à quelques amies qui me disent connaître quelqu'un à qui cela est arrivé et que le bébé allait bien pour finir.

Deux jours plus tard, je saigne abondamment. Je me mets à pleurer.

— Je crois qu'on a perdu le bébé, dis-je à mon conjoint au travers de mes larmes.

— Appelle ton médecin demain avant d'assumer le pire, me dit-il sagement.

Je sais que c'est fini. Qu'il n'est plus là. Une femme sait et ressent ce genre de changement dans son corps. Je repense à la crampe dans l'avion. Est-ce le moment où mon bébé s'est décroché ? Si je n'avais pas couru avec un lourd sac dans l'aéroport, est-ce que je saignerais présentement ? Est-ce que je serais en train de faire une fausse couche ?

J'appelle ma sœur. Je suis stressée et ma voix tremblante laisse trahir les pleurs que j'ai versés avant de prendre le combiné.

— Je crois que je viens de perdre le bébé. La toilette est pleine de sang. Et ça n'arrête pas, comme des règles très abondantes.

Ma sœur garde un silence que je trouve bizarre, malaisant.

— Non, il ne faut pas que tu perdes le bébé. Ça ne doit pas se passer comme cela.

Un autre silence s'installe pendant que je la sens prendre une grande respiration avant de poursuivre :

— Je suis en retard de deux jours, me dit-elle, mal à l'aise de la situation.

Je reste bouche bée. Je ne sais pas comment réagir… Que dire ? Que j'espère qu'elle se trompe… que sinon, ce sera l'enfer ? Je m'abstiens de lui partager mes pensées et les peurs profondes et répond :

— Bon ! d'un ton sec et laissant pressentir un *Ça serait le bout du bout.*

Je coupe la conversation courte et raccroche rapidement tellement je suis ébranlée par son annonce et par la douleur saignante dans mon utérus.

*

Je n'ai pratiquement pas fermé l'œil de la nuit du dimanche au lundi. Je téléphone au bureau du médecin à l'heure d'ouverture pour prendre un rendez-vous d'urgence.

— Je suis enceinte. J'ai des saignements depuis trois jours, mais hier, c'était abondant.

On me donne un rendez-vous le jour même.

Je téléphone au travail et laisse un message que je ne rentrerai pas aujourd'hui… et possiblement pour une semaine si la nouvelle confirme le pire.

J'entre dans le bureau du médecin, refoulant mes larmes et anxieuse de faire face au pire. Mon médecin de famille me donne une référence pour une échographie cet après-midi même et demande à l'infirmière d'effectuer une prise de sang.

Lorsque j'attends pour l'échographie, je vois plusieurs femmes enceintes. Lorsque la technicienne m'installe, elle se fait discrète. Elle prend des radiographies sans dire un mot.

Je ne vois pas grand-chose. Je prends de grandes respirations en attendant de revoir mon médecin de famille immédiatement à la suite de l'échographie. L'infirmière m'emmène dans une des petites salles d'attente et finalement mon médecin entre. Elle a les radiographies en main.

— Tu as fait une fausse couche. D'ici environ cinq jours, le fœtus va s'évacuer de lui-même.

Elle me signe un billet médical pour le reste de la semaine.

En m'assoyant dans l'auto, j'éclate en sanglots. Je téléphone à mon conjoint pour lui confirmer la mauvaise nouvelle. Il garde quelques secondes de silence :

— Ça va aller. Je sais que c'est difficile. Au moins, on a notre petit garçon.

Je pleure tout le chemin en conduisant pour retourner à la maison. Mon conjoint me prend dans ses bras. Je m'isole ensuite dans ma chambre et pleure jusqu'à ce que je tombe endormie.

*

J'ai mal à mon ventre qui saigne encore. J'ai les émotions qui serrent ma

gorge et m'étouffent de douleur. J'ai la nausée. J'halète en douleur dans mes pleurs et dis amèrement et sans relâche : *Michou, pourquoi t'es pas là quand j'ai besoin de toi ? Et j'ai besoin de toi… J'ai besoin de ma mère… Pourquoi t'as pas fait attention… ?*

Les deux jours suivants s'ensuivent comme dans un brouillard. Des pleurs, des douleurs. J'ouvre la boîte de souvenirs de ma mère. Et je pleure pour le bébé, mais autant pour l'absence de ma mère. Une colère dirigée vers son imprudence se généralise.

Je me sens en colère contre la vie, contre Dieu. Pourquoi moi ? Ce n'est pas juste. Le double deuil me coupe en deux tel un couteau… et pour tourner le fer dans la plaie… ma sœur fait un test de grossesse.

*

La sonnerie de la porte d'entrée sonne en plein jour alors que je suis seule à la maison.

Je vois ma belle-mère au pied de la porte. Je l'ouvre doucement.

Elle a une orchidée dans les mains et me l'offre.

— Je suis désolée pour la fausse couche, dit-elle en me gratifiant d'une caresse.

Mon conjoint avait bien sûr avisé sa famille, qui n'était pas au courant que j'étais enceinte.

— J'en ai fait une moi aussi.

Elle s'assoit pour parler en confidence.

— Ce n'est pas facile.

Elle confirme que le fœtus est tombé dans la toilette comme un œuf environ une semaine après les premiers saignements.

*

Le téléphone sonne. C'est ma sœur.

— J'ai fait mon test de grossesse. Je suis enceinte, m'annonce-t-elle avec une joie étouffée par la culpabilité et la tristesse pour moi.

— Bon.

Je coupe court la conversation et raccroche ne pouvant gérer cette deuxième

nouvelle. Je me mets à pleurer à chaudes larmes. Et pour tourner le fer dans la plaie, je verrai ma sœur passer ses échographies sans complications. Je verrai son ventre rond qui grossit. Cette image m'est insupportable. Ce sera comme le souvenir vivant, quotidien, de la mort de mon bébé.

Ma colère contre Dieu et contre la vie se cristallise. Je me sens injustement attaquée, châtiée. Je me sens aussi coupable… car je n'arrive pas à être contente pour elle… mais je n'arrive pas non plus à être en colère contre elle… Non, je suis en colère contre Dieu, contre la vie. Ma sœur est une des personnes les plus précieuses dans ma vie et je ne veux pas que cette épreuve nous divise. Je ne peux pas perdre ma sœur et meilleure amie.

*

Tel que prédit par mon médecin et confirmé par ma belle-mère, cinq jours plus tard, alors que je suis seule à la maison, je sens comme un œuf faire *plouf* dans les toilettes.

Je me penche à genoux devant la toilette en regardant l'eau et dit à haute voix, teintée de douleur :

— Mon bébé, tu es là ?

Je regarde au fond, mais ne le vois pas. Il était trop lourd et a aussitôt disparu dans le trou hors de ma vue. Le fœtus a déjà glissé hors de ma vie. Je pleure sur le sol en tenant mon ventre vide. Ma main tremblante se dirige avec hésitation vers la chasse d'eau. Je la replace sur mon ventre, étant incapable pour le moment d'expulser mon bébé tel un déchet. Finalement, je pose ma main tremblante sur la chasse d'eau. Je prends mon courage et retiens mon souffle. Je tire la chasse d'eau soupirant bruyamment en regardant l'eau tourbillonner et descendre dans le trou noir au fond de la toilette. J'ai une nausée qui me monte dans la gorge à force d'avoir trop pleuré. Le cœur me lève et je me penche, toujours à genoux devant la toilette, mais rien n'en sort.

Je m'effondre sur mon lit en pleurant et en disant tout haut : *Maman, prends-moi dans tes bras…* Je croise mes propres bras autour de mes épaules et me balance doucement de gauche à droite. Les yeux fermés, je m'imagine que c'est la caresse de ma mère qui me console. *Pourquoi t'es pas là, pourquoi, pourquoi Dieu, pourquoi moi ?*

En ton honneur

Je retourne au bureau trois jours plus tard. J'ai de la difficulté à me concentrer. Je parle avec mes collègues et je me mets à pleurer… On me suggère d'honorer mon bébé, d'allumer une chandelle et de lui donner un nom pour valider son existence.

Ce soir-là, seule dans ma chambre, j'allume une chandelle. Puisque Noël approche, je décide de nommer mon bébé Emmanuel(le) comme pour souligner le Messie. Ce nom est neutre alors que le sexe du bébé n'est pas formé à ce stade de la grossesse.

Emmanuel(le), mon petit ange. Maman t'aime. Tu seras toujours dans mon cœur. lui dis-je en regardant la chandelle osciller dans l'obscurité.

J'allume cette chandelle pour mon bébé pendant plusieurs semaines… jusqu'à la soirée de Noël.

*

Noël est mon jour préféré de l'année. Je regarde le sapin qui illumine. Mon fils a fait sa liste de souhaits en regardant les catalogues des fêtes. Nous allons à la parade de Noël. Je l'amène voir le père Noël et le petit village de train au centre d'achat. J'enveloppe les cadeaux et ma chatte donne des coups de pattes sur les rouleaux et les retailles d'emballage. Mon cœur arrive à ressentir la joie et la magie des fêtes malgré l'épreuve que je vis. J'attends d'être seule les jours de semaine pour laisser mes émotions et mes larmes surgir.

*

Ce temps des fêtes est difficile pour différentes raisons. Mon père participe à toutes les réunions de famille et a avisé mes tantes de ma fausse couche. Cette fois-ci, il y a un sujet délicat à éviter.

Plusieurs tantes et cousines, en s'approchant de moi pour une caresse et me souhaiter Joyeux Noël, en profitent pour me dire discrètement à l'oreille : Ce sont *des choses qui arrivent. Tu te reprendras. Il n'aurait pas été en bonne santé.*

Je ne dis rien car je sais que leur intention est bonne.

Ce soir-là, je ventile à mon conjoint.

— Tu te reprendras, tu te reprendras, comme si c'est si facile que ça. Ça me prend du temps à tomber enceinte, commençai-je d'une voix irritée et teintée d'ironie et de colère.

Ça semble facile pour tout le monde sauf pour moi. Je planifie, je tombe enceinte, le mois suivant et bravo, tout va bien selon les plans… Eh bien les plans à moi ne marchent pas comme je le veux… mon corps à moi, il n'écoute pas. Elles ont l'illusion qu'on a un contrôle sur son corps alors que ce contrôle est simplement dû au hasard et réservé aux plus chanceuses…

Il me regarde et garde un silence respectueux et ouvert.

— Et puis, ça ne change pas que j'ai perdu un bébé. Elles ne peuvent pas comprendre, j'imagine… Elles n'ont pas eu l'expérience de perdre un bébé. C'est un bébé, un deuil, continuai-je d'un ton un peu plus calme en soupirant.

Il continue de me regarder prêt à me prendre dans ses bras car il pressent que derrière cette colère, se cache un torrent de larmes.

— Faire un bébé n'est pas un essai comme lorsqu'on joue au baseball, *strike 1, strike 2, strike 3, you're out.* Et son décès n'est pas non plus un accident de la nature. *C'est mieux comme ça, il n'aurait pas été normal…*

Je m'abandonne finalement dans ses bras en pleurant, ressentant cette douleur aiguë qui m'étouffe la gorge.

C'est un bébé, c'est mon bébé… Et ce deuil est réel mais, il est abstrait pour certains. Mais il est vrai pour moi, hoquetai-je au travers de mes larmes et de mes respirations fortes et douloureuses.

Le bébé invisible

À la suite de cela, ma famille et celle de ma sœur vont au chalet familial avec mon père. Nous sommes assis dans le salon.

Soudainement, mon fils de deux ans et demi sursaute, prête l'oreille comme s'il venait d'entendre un bruit. Son corps est tout droit, en position d'alerte et d'écoute.

— Viens Maman, me dit-il.

Mon fils me prend la main et me dirige au sous-sol. Il va droit dans la chambre de ma sœur où le parc de la petite est ouvert. J'allume. Mon fils me regarde et me dit d'un ton ferme et pressant.

— Maman. Le bébé pleure.

— Quoi ?

— Le bébé pleure, prends-la, dit-il en pointant le parc vide.

Je suis surprise, désorientée. Je regarde le parc vide et retiens mes larmes.

— Prends-la, répète celui-ci en insistant. Elle n'arrête pas de pleurer…

Je me penche et fais semblant de prendre mon bébé et de le bercer dans mes bras. Je retiens mes larmes, pensant que si quelqu'un était témoin de la scène, il croirait certainement que je suis devenue folle, en plein délire.

Je me retourne vers mon fils qui semble maintenant plus détendu.

— Le bébé a arrêté de pleurer ? lui demandai-je.

— Oui. Elle est bien.

Je ne sais pas trop quoi faire. Je ne peux certainement pas remonter rejoindre la famille avec un bébé imaginaire dans mes bras.

— Je crois qu'elle s'est maintenant bien rendormie. Je vais essayer de la recoucher dans son parc, chuchotai-je à mon fils.

Je me penche lentement et fait le mouvement de coucher le bébé en lui donnant un baiser sur le front. Je fais ensuite le mouvement de frotter son dos et de mettre une couverture. Je me retourne et mets mon index devant ma bouche.

— Chhhhut… Le bébé dort. Allons retrouver les autres. Il ne faudrait pas la réveiller.

Je remonte au salon revoir ma sœur, les yeux humides de larmes refoulées. Je suis ébranlée, émue. On dit que les enfants ont un don pour voir les esprits car ils sont innocents et ouverts aux faits qui ne semblent pas cohérents et logiques. Et si mon bébé-ange est pris ici entre deux mondes parce qu'elle pleure pour me voir ? Je discute de cela avec ma sœur qui est, elle aussi, surprise et profondément émue. Je n'en parle pas à mon conjoint, qui, lui, ne croit pas à la vie après la mort.

*

Quelques semaines plus tard, je joue à la cave avec mon fils. Je suis assise au sol pendant qu'il fait rouler son camion de pompiers. Soudainement, il sursaute. Son corps se raidit et il tend l'oreille. Quoi, encore ?! me dis-je. Il se lève et, d'un pas décisif, se rend dans un coin de la cave. Il se retourne vers moi en pointant vers le sol.

— Maman, Bébé pleure.

Je le regarde surprise.

Il s'agite.

— Maman, Bébé pleure. Prends-la, insiste-t-il d'un ton alerté.

Encore une fois, je me penche et fais semblant de tenir mon bébé dans mes bras vides. Je feins de le mettre sur mon épaule et de marcher en me dandinant pour calmer ses pleurs.

— Le bébé a arrêté de pleurer ? lui demandai-je.

— Oui.

Je me penche et fais semblant encore une fois de porter un baiser sur son front et de l'envelopper dans une couverture.

Ce soir-là, je prends la plume pour écrire afin de transiger avec la situation.

T'appelles-tu Emmanuelle ou est-ce que ton frère te voit comme sa petite sœur imaginaire ?

Ton frère t'a entendue pleurer l'autre jour dans la cave du chalet et il a pointé un parc vide. Il m'a dit de te prendre dans mes bras parce que tu pleurais.

Si c'est toi, Emmanuelle, ta Maman n'entend pas tes pleurs. Je ne peux prendre soin de toi comme tu le mérites. Trouve Grand-Maman Michou. Elle, elle peut t'entendre et te prendre si tu pleures. Lorsque je serai dans l'autre vie, je le ferai autant que tu le désires.

Michou, viens prendre Emmanuelle. Aime-la. Console-la quand elle pleure. Elle sera ton petit ange. Tu peux vraiment m'aider comme je m'attendais à cela avant l'accident.

Je vous aime.

Prendre un bébé-ange dans mes bras me faisait vivre une expérience traumatisante.

Par suite de cette lettre à ma fille et à ma mère, mon fils ne fait plus allusion à mon bébé-ange qui pleure. Cela me rassure de penser qu'elles se sont trouvées et comblées toutes les deux. Je suis soulagée car je sais que ma mère prend bien soin d'Emmanuelle pour moi. Si ma mère n'était pas décédée, qui aurait pu s'occuper de mon bébé-ange quand elle pleure ? Et peut-être que ce bébé-ange était pour elle ? Pour que son âme soit en paix. Qu'elle ait un petit-enfant qu'elle

attendait tant au moment du terrible accident.

Le Croup

Je sors souper avec deux de mes amies.

Lorsque je conduis sur le chemin du retour, mon conjoint téléphone.

Il a une voix alarmée.

— T'arrives bientôt, le petit vient de se réveiller et il a encore du mal à respirer. C'est toi qui a sa carte santé.

— Donne-lui de l'Advil et mets-toi devant le congélateur pour l'aider à respirer.

Mon fils fait parfois un peu d'asthme lorsqu'il a un rhume.

J'entre pour voir mon conjoint avec mon fils qui hyperventile. Je peux entendre ses poumons à plus de trois mètres de la porte d'entrée. Mon conjoint le tient dans ses bras devant le congélateur et tente de le calmer.

— On s'en va à l'hôpital, tout de suite, lui dis-je en voyant la gravité de la crise.

Je prends un sac avec divers effets en quelques minutes. La crise de mon fils ne diminue pas.

Je m'assois près de mon fils sur la banquette arrière. J'entrouvre un peu les fenêtres pour laisser passer de l'air froid afin de diminuer l'inflammation dans la gorge et les poumons.

— Va plus vite, dis-je à mon conjoint.

Il referme les fenêtres après avoir accéléré sur l'autoroute.

Dix minutes plus tard, mon fils tousse tellement qu'il commence à vomir dans la voiture.

— C'est rouge… je ne sais pas si c'est du sang, dis-je en panique.

— Je ne peux pas m'arrêter au milieu de l'autoroute…

— On devrait appeler l'ambulance, elle pourrait nous rejoindre à mi-chemin et lui procurer des soins plus rapidement, insistai-je alarmée.

Je vois ses yeux tourner vers le haut, ne laissant voir que du blanc absent…

— Fais de la vitesse, si la police nous arrête, elle verra bien l'urgence et appellera le 911, continuai-je en levant le ton.

Jamais la route ne me parut plus longue pour me rendre à l'hôpital que ce soir-là.

— Respire mon grand. Essaie de pas tousser… cela empire ton souffle. Respire doucement, lui dis-je sans cesse.

Aussitôt débarqué de l'autoroute, j'ouvre les deux fenêtres arrière plus grandes pour refroidir l'air le plus possible.

Lors de notre arrivée, l'infirmière nous regarde d'un œil accusateur.

— Vous n'êtes pas arrivés en ambulance ? demande l'infirmière au triage.

— Non. On ne savait pas que ça allait être si pire, me défendai-je froidement.

— Attendez dans la salle d'attente. Votre fils est mis en priorité.

Soudainement, mon fils est pris d'un autre toux au point que le cœur lui lève comme s'il allait régurgiter à nouveau. L'infirmière entre rapidement dans la salle d'attente et nous dirige dans une petite salle. Elle lance d'une voix alarmée à une autre infirmière :

— Il a besoin de son traitement immédiatement.

L'infirmière met une pince de doigt à mon fils en me disant :

— Tiens-le bien en place.

— Cela est pour vérifier s'il a manqué d'oxygène dans son sang ?

— Humm, non. Le taux semble correct, me rassure-t-elle.

On est ensuite dirigés dans une autre pièce où l'équipe d'infirmières lui met un masque à oxygène. Elle ajoute ensuite de la cortisone, et on voit un genre de fumée sortir du masque.

Je m'étends sur le lit simple avec mon fils et le tiens dans mes bras. Je suis tellement inquiète d'entendre sa respiration haletante et ses poumons vibrants malgré le traitement.

Le médecin prescrit trois doses de cortisone et revient une heure plus tard. Il place son stéthoscope sur la poitrine et ensuite sur le dos de mon fils.

— La crise semble être passée, dit-il. Vous pouvez retourner à la maison.

— Vous êtes certain qu'il va aller bien ? demandons-nous d'un ton peu rassuré.

Il constate notre surprise et hésitation.

— Il est normal que la respiration demeure sifflante. Je lui prescris un médicament liquide dans un tube de cortisone à libération lente dans des tubes liquides. Mettez-les au réfrigérateur. Je prescris également une pompe à libération lente et une autre pour les crises. Vous devez donner deux bouffées quatre fois en vingt-quatre heures.

Après avoir reçu l'ordonnance à la pharmacie, nous retournons à la maison après cette nuit blanche à l'hôpital. Je couche mon fils dans son lit simple et mets l'humidificateur et l'huile d'eucalyptus au maximum. J'entrouvre la fenêtre pour faire circuler l'air et avoir cet air froid qui aide à combattre le croup. J'ajoute une couverture chaude de plus. Je mets également une tuque à mon fils et je lui ajoute une veste par-dessus son pyjama chaud. Je me mets aussi une tuque et une longue robe de chambre. Je soulève sa tête avec un deuxième oreiller pour le garder en position semi assise afin de faciliter sa respiration. Je le regarde respirer difficilement et je retiens mon souffle d'anxiété. Je reste près de lui jusqu'à ce qu'il s'endorme et je m'assoupis à ses côtés. Nous ressortons le moniteur afin que je puisse retourner me coucher dans mon lit et puisse bien monitorer sa respiration. Je suis stressée. J'ai peur qu'il cesse de respirer. J'ai peur qu'il meure. J'ai un enfant et je veux que rien ne lui arrive.

Pendant plus d'une semaine, je me couche près de lui le soir pour qu'il s'endorme et lorsqu'il se réveille en pleurs en pleine nuit, je retourne dans sa chambre. Parfois, on retourne respirer devant le réfrigérateur ou j'entrouvre la fenêtre un peu plus pour quelques minutes. Je lui donne des pompes pour l'asthme, des Advil, et remets l'humidificateur.

Pendant des semaines, je regarde mon fils rejouer la scène : *Tu vois du rouge… Respire… respire…* Il met ensuite un masque imaginaire à son toutou préféré.

Mon Dieu, mon enfant est traumatisé, me dis-je bouleversée.

La course pour tomber enceinte

À chaque période, je revis le traumatisme de ma fausse couche en voyant le sang, et le deuil du bébé perdu est réactivé.

Mon conjoint s'approche de moi :

— C'est ton corps et je ne peux pas prendre la décision. Mais je pense que plus vite tu retomberas enceinte, plus vite tu vas pouvoir mettre cela derrière toi.

— Ok, on ne se protège pas mais on n'essaie pas non plus. Si ça ne marche pas, je serais moins déçue, lui répondis-je.

Cette attitude n'est qu'une façade qui a pour but de me protéger. Une pensée pour amortir les chocs émotionnels qui se succèdent.

— La façon la plus rapide de passer au travers, c'est de retomber enceinte et de se centrer sur le nouveau bébé, dit mon conjoint.

— J'ai peur. Et si ça ne marche pas encore ?

*

Je commence un rituel quasi obsessionnel en m'achetant un thermomètre à la pharmacie qui prend la température pendant l'ovulation. Je calcule mon cycle ovulatoire sur un petit graphique. Cela me donne un sentiment de contrôle sur ma fertilité. C'est une course contre la montre à l'ovulation. Quand le temps d'ovulation est imminent, il faut pratiquer l'abstinence pendant environ trois jours. Il semblerait que la qualité du sperme soit meilleure pour féconder. Ensuite, quand le moment propice pour la fécondation est détecté par mon thermomètre, il faut passer à l'action et cela à chaque vingt-quatre heures pour cinq jours. Donc, il faut s'adonner à l'activité sexuelle même si le désir n'est pas présent.

Selon internet, la pratique de garder les jambes en l'air, un peu comme en bascule, donne plus de temps au sperme de se rendre à l'ovule. Et pas question d'aller aux toilettes à la suite de l'acte pour au moins une demi-heure ! Si tu fécondes directement dans les trente heures propices, les chances d'avoir un garçon sont plus fortes. Si c'est un peu avant ou après, il est plus probable que ce soit une fille… Mais je ne calcule pas cela, le sexe n'a aucune importance à ce point.

Autant l'homme espère que ça prendra plus de temps pour concevoir afin de prolonger le plaisir… lorsque cela devient une obligation, cela gâche le plaisir. Après un certain temps, le désir, la spontanéité et la tendresse s'estompent. Et pire encore, le stress et la frustration se cachent inconsciemment derrière la sexualité.

Et chaque mois, mes règles me mettent face à la réalité que je n'ai pas conçu, que je veux tomber enceinte et que ça ne marche pas. Chaque fois, je pleure le deuil d'Emmanuelle et l'absence du bébé en moi. Je perds confiance en mon

corps. Un sentiment d'échec s'installe… La colère et la frustration contre mon corps s'accentuent et je commence à m'en détacher. Par méprise, par douleur, par incapacité de le maîtriser.

Je vis une pression psychologique constante, un sentiment d'urgence sous-jacent. Il y a comme cette course pour tomber enceinte avant que ma sœur accouche. Cela remettrait les choses à leur place, dans ce gâchis, fouillis incompréhensible. Je pourrais alors me relaxer, être soulagée et être vraiment heureuse pour ma sœur. Je pourrais être libérée de cette culpabilité, cette jalousie et cette envie qui me tourmente. C'est la seule porte de secours que je puisse concevoir qui va arrêter ce ravage de mon âme.

Je fais de l'évitement avec ma sœur, car je veux me protéger, la protéger et protéger notre relation. Je refoule mes émotions quand je suis face à son ventre arrondi qui ne peut plus être caché…

Le téléphone sonne, c'est ma sœur :

— J'ai eu ma première échographie, me dit-elle d'une voix hésitante, teintée de compassion et d'excitation à la fois.

— Ah oui, dis-je d'une voix distante.

Ma sœur, habituellement de nature calme et pacifique, lève le ton, émotive :

— J'en ai parlé avec mes collègues, que je ne pouvais pas te parler de ma grossesse. Elles ont dit : *tu as le droit à ton bonheur, à toi…*

— Oui, tu y as droit. Malheureusement, cela me blesse trop. Partage ton bonheur auquel tu as droit, avec d'autres, lui dis-je d'une voix franche et compréhensive.

La conversation est restée courte encore une fois… Sa grossesse et son bébé à venir mettent une barrière entre nous deux… Et toute sa grossesse se passe un peu comme cela. Je n'arrive pas à gérer de la voir enceinte…

Et les mois s'ensuivent, avec ces règles qui viennent tout gâcher. La vie est injuste avec moi. Ne peut-elle pas au moins réparer son erreur et m'accorder une nouvelle grossesse. EH NON…

*

Le jour de la deuxième échographie de ma sœur arrive et je tente de me conditionner à pouvoir écouter son bonheur. Elle va apprendre le sexe du bébé.

— C'est une fille, dit-elle avec joie.

— Ohhh, une belle petite fille, répondis-je en bloquant mes émotions.

Entretemps, je continue à prendre ma température pour l'ovulation et à remplir les graphiques. Je n'ai jamais cessé de prendre la vitamine Materna qui est recommandée pour les femmes enceintes, au cas où je féconderais sous peu. Aussi, je m'abstiens de prendre une coupe de vin dès la deuxième partie de mon cycle au cas où je tombe enceinte. L'alcool tôt dans la grossesse a vraiment un effet nocif sur le fœtus.

La pression de tomber enceinte s'accentue, mois après mois, pour ne pas souffrir autant quand je vais voir son bébé. J'imagine avec horreur, de voir cette petite vivre tous ces beaux moments de vie : naissance, chaque anniversaire, entrée à l'école. Elle sera comme ce rappel qu'Emmanuelle aurait dû… passer toutes ces mêmes étapes. Son bébé sera à jamais l'image de mon enfant perdu, comme un rappel constant de ma fausse couche. Je crains d'être une tante terrible. Je me déteste de ne pas être capable de l'aimer. Ce petit bébé innocent, qui n'y est pour rien… mis à part qu'elle a été conçue alors que moi je perdais mon bébé.

*

Les mois s'écoulent. Je suis en perpétuel déchirement. Au quotidien, je suis écrasée entre la grossesse de ma sœur et ma fausse couche. Il y a un malaise, un sujet interdit, un non-dit entre nous deux. Je ressens toujours de la culpabilité de ne pas pouvoir partager son bonheur alors que je l'aime et devrait être là pour elle.

Quand je vais travailler, une fois par semaine, avec mon programme pour mères adolescentes, je supprime mes émotions pour être professionnelle alors que je me trouve exposée à *leurs petits accidents, leurs erreurs*. Je me réponds amèrement que je n'aime pas qu'on associe mon bébé à une erreur de la nature.

Il y a comme une ironie dans la fécondation. Il semble que plus j'essaye de tomber enceinte, plus de temps cela prend. C'est comme si mon corps pensait trop, ne se relaxait pas assez. Il semble pourtant que celles qui essayent trop échouent alors que d'autres tombent enceintes sans le planifier. Dans des moments d'insouciance, de plaisir et de laisser-aller. Peut-être qu'il y a une leçon à retenir ici.

Peu importe la circonstance de la fécondation, il ne faut certes pas appeler le bébé de qui que ce soit un *accident* ou une *erreur*. Ni une fausse couche, une erreur de la nature… il n'y a rien de faux avec un petit fœtus qui décède. Il était là et il a été vrai… il n'a juste pas vu la lumière du jour sur notre Terre. Tout bébé reste toujours un miracle et un mystère de la vie. Et comme je l'ai si bien compris dans les dernières années, nous n'avons aucun contrôle réel sur la vie, ni sur la mort. Je me dis que la vie suit son cours et qu'il y a un plan ou un destin qui se déroule au-delà de nos désirs.

Le soir, à la maison, je réfléchis à tout cela. À ce plan de Dieu qui semble stupide, et tout croche. J'ai les moyens financiers et le support conjugal pour prendre soin d'un bébé et lui offrir une belle vie. Mais ce bébé n'arrive pas alors que d'autres naissent dans des conditions précaires, de pauvreté ou de violence. Pourquoi ?

Le choix impossible

Au cours des deux derniers mois, deux amies et une cousine annoncent leur grossesse. C'est le stade de la vie, l'âge j'imagine ! Cela me blesse à chaque fois comme un couteau qui me poignarde au cœur. Je dis un *félicitation* poli d'un ton peu convaincant. Il est évident que la nouvelle me dérange. Je n'arrive pas à être contente pour elles non plus. Je garde ensuite un silence douloureux. Vaut mieux ne pas parler que de laisser sortir sur mes lèvres, sur elles, ce torrent de colère contre la vie… pas contre elles mais contre l'injustice de la situation. Pourquoi elles, pourquoi pas moi ? Et tout semble si facile pour elles… et vraiment difficile pour moi.

Ma tête reconnaît que ma sœur et mes amies se retrouvent dans une situation délicate. Si elles ne m'annoncent pas leur grossesse, je vais être blessée et offusquée… si elles m'annoncent leur grossesse, je suis tout de même blessée et frustrée.

C'est une de ces situations qui représente bien cette expression anglaise *Damned if you do. Damned if you don't!* ce qui signifie *Foutu si tu le fais, Foutu si tu ne le fais pas !*

Je me sens coupable de ne pas pouvoir être contente pour elles. Je n'ai pas de contrôle sur mes sentiments qui s'imposent. Mes sentiments sont là, au-delà de la raison et des conventions sociales.

Si je pouvais en être maître, je leur dirais : *Ok. Assez la douleur, les pleurs, la colère, le deuil, la jalousie.* Je me sens comme une méchante qui a des sentiments méchants. J'ai honte de mes sentiments et de mes réactions qui sont un réflexe primitif. J'en ressens ensuite de la culpabilité et un certain dégoût envers moi-même.

Mon devoir de grande sœur

Ma sœur m'appelle :

— Je viens de voir mon médecin de famille. Elle veut que j'aie une césarienne planifiée. Ça me stresse d'avoir l'épidurale, me dit-elle avec une intensité dans la voix.

Mon cœur ressent, pour la première fois en plusieurs mois, de la compassion pour ma sœur et sa grossesse. Je me dis qu'il faut que je sois là pour elle surtout que ma mère ne peut y être… physiquement, du moins.

— Je vais être là pour toi, à l'hôpital, lui promis-je.

Je raccroche le combiné. En serai-je capable ? Il le faut, ma mère n'est pas là. Si elle était là, je n'aurais pas besoin d'y être, pensai-je avec amertume. La colère envers ma mère effleure la surface et plane comme un fardeau dans la situation actuelle dans laquelle je me trouve. C'est mon devoir de grande sœur. Je me sens prise au piège. Je ne peux l'abandonner et mettre en péril notre relation. Je ne peux perdre l'affection de ma sœur, mais mon deuil et mes problèmes de fertilité m'handicapent et m'empêchent de bien tenir mon rôle. *NON*, me dis-je d'un ton autoritaire et ferme, *FAUT qu'on passe au travers de cela, l'amour que j'ai pour ma sœur est plus fort.*

*

Que faire quand notre propre corps devient notre propre ennemi et qu'on le transporte partout comme un boulet ? Je le déteste. Je le réprimande. Je me sens victime de lui, par lui. Mon corps est une menace à ma santé mentale. Je crains qu'il m'emmène à la démence, à ma tombe. C'est lui ou moi. Les deux ne peuvent plus subsister ensemble. Je décide consciemment de cesser de me connecter avec mon corps et intentionnellement de me dissocier de mon ennemi. C'est alors que j'efface mon corps en l'engourdissant, en le refoulant et en laissant mon cerveau prendre le contrôle. Je veux maintenir les relations qui sont vitales pour moi. Je dois être là pour ma sœur, mon conjoint, mon fils, mes amies. Et je peux être

présente que par mon cerveau. Mon corps est désormais comme un zombie qui m'encombre.

*

Un collègue au bureau a oublié de remettre ses vacances d'été dans le temps prescrit pour avoir son ancienneté sur moi.

Il m'approche :

— Tu peux faire un échange avec moi ? demande-t-il en me pointant la semaine où ma sœur doit avoir sa césarienne.

J'hésite un instant. Voilà la situation parfaite qui s'offre à moi pour avoir une bonne excuse pour ne pas être présente pour ma sœur et la naissance du bébé. J'ai pris cette semaine de congé en conséquence de la césarienne, comme une bonne grande sœur doit le faire, surtout que ma mère ne peut être là. J'ai vu cela comme mon devoir d'y être. Je prends une grande respiration avant de répondre :

— Désolé, je ne peux pas. Je dois être là pour ma sœur qui va avoir une césarienne. Surtout que ma mère n'est pas là.

Il hoche la tête en reconnaissant que ma réponse est justifiée et il ne m'en garde pas rancune.

Naissance

Le téléphone sonne, c'est ma sœur pour notre petite conversation quotidienne du soir.

— Ma césarienne est prévue dans cinq jours, mais je viens d'avoir une première contraction.

— Dis-moi quand je dois me rendre à l'hôpital, lui répondis-je.

— Tu ne peux pas être dans la salle car une césarienne est une opération. Je peux seulement avoir mon conjoint, explique-t-elle.

— Je peux aller te rejoindre si tu as besoin. Donne-moi des nouvelles.

Le lendemain matin, mon beau-frère appelle pour annoncer la venue de leur petite fille. Ma sœur a eu des contractions pendant environ sept heures avant d'avoir sa césarienne. Tout s'est bien passé.

*

J'entre dans l'ascenseur pour aller voir ma sœur et ma nouvelle petite nièce.

Je sens mon cœur battre d'anxiété. Et si je ne peux être contente pour ma sœur et ne peut arriver à aimer son bébé ? J'ai peur de la réaction que je vais avoir et si je vais être capable de la maîtriser. Je ne veux pas gâcher ce moment pour ma sœur… Je prends de grandes respirations et je me sens osciller quand l'ascenseur s'arrête au plancher d'obstétrique.

— Bonjour. Tu as l'air assez bien, lui dis-je en lui donnant une caresse.

Je m'avance curieusement vers le berceau au bout de son lit. Je vois apparaître la plus belle petite fille nouveau-née jamais vu. Je l'admire et mon cœur s'attendrit. Je lui souris.

— Ohhh… Elle est tellement belle. Ahhh ! un vrai trésor, dis-je d'une voix chantante, qu'on prend lorsqu'on parle à un bébé.

— Elle est belle hein ?!… dit ma sœur, amoureuse de son bébé.

— Je n'ai jamais vu un aussi beau bébé naissant. Elle a déjà des petites joues rondelettes, les yeux qui s'entrouvrent, ohhh et même un petit sourire, continuai-je de ma voix chantante, admirative.

J'aide ma sœur à mettre un pyjama pour nouveau-née. Elle est si petite qu'elle flotte dans ce vêtement.

Quand ma sœur ferme les yeux pour se reposer, j'ai ma nièce dans les bras et je la berce. Je me sens soulagée de ma réaction. Je me sens apaisée et heureuse d'être capable de l'aimer.

Quelque temps plus tard, j'aide ensuite naturellement ma sœur à se positionner pour allaiter.

Deux amies entrent dans la chambre pour rendre visite à ma sœur.

Après les félicitations et les discussions sur la césarienne, une d'entre elles annonce :

— Je suis enceinte, dit-elle visiblement ravie.

Je ne dis rien. C'en est trop, tout en même temps. Je sens mon corps se crisper. Je laisse ma sœur, et l'autre amie la féliciter. Ma sœur me regarde avec compassion. Elle sait que cette nouvelle me déchire et me fait mal. Je ne m'étais pas mentalement préparée à entendre et bloquer émotivement une telle nouvelle.

*

Au retour à la maison, je parle à ma sœur tous les jours puisque je suis en vacances.

— Est-ce que tu viens me voir ? me demande-t-elle à chaque fois.

— Est-ce que tu es seule ? Si ta belle-mère ou ton conjoint sont là, je vais les laisser prendre soin de toi. Si tu es seule et que tu as besoin de moi, je vais venir, répondis-je à chaque fois.

Pendant les deux semaines suivantes, je suis allée chez elle cinq fois. Étant en vacances, j'aurais dû y aller plus souvent. La vérité est que j'évite d'y aller le plus possible afin de ne pas tourner le fer dans la plaie.

Au retour de l'hôpital, après avoir visité ma sœur, j'ai eu le motton dans la gorge et j'ai pleuré. J'ai des hauts et des bas et je ne veux pas en parler à ma sœur. Ni m'exposer davantage à ce petit bébé qui me fait vivre toutes sortes d'émotions souvent non voulues mais instinctives. Je décide de me protéger et je mets des limites que je crois saines. Mais cela, en vivant de la culpabilité bien sûr.

Obsession

Quelques semaines à la suite de l'accouchement, j'ai un rendez-vous annuel avec mon médecin de famille.

— J'ai vraiment de la difficulté à tomber enceinte. Ça me stresse, ça ne marche pas. Je me demande s'il y a quelque chose de mal avec moi ou mon conjoint, lui confiai-je d'un ton rapide, frustré et inquiet.

— Arrête de te stresser. Ça n'arrange pas les choses. Parfois, ça prend du temps. C'est normal. Et on ne connaît pas toujours les causes. C'est sûr que plus on avance dans la trentaine, plus c'est difficile. Et parfois, les ovules sont moins bonnes. Il y a davantage de risques de fausses couches et de malformations…

Cela me cause encore plus de stress. Ma course contre la montre par rapport à l'accouchement de ma sœur est terminée, mais je vois qu'il y a maintenant la course contre mon horloge biologique. Je continue mes calculs de température d'ovulation avec mon thermomètre et le graphique. J'ai même dû en faire des photocopies tellement ça fait longtemps que je tiens les comptes.

*

Quelques semaines plus tard, je retombe finalement enceinte. Je suis soulagée

mais un peu inquiète… Je tente de me rassurer en me disant que j'ai déjà eu ma dose de malchance… Quelles sont les probabilités que j'aie une autre fausse couche ?!

Je tente d'être positive. Je n'annonce ma grossesse à personne d'autre que mon conjoint et ma sœur.

Lorsque je vais aux toilettes, je regarde le papier hygiénique chaque fois que je m'essuie. J'ai peur d'y revoir du sang comme la dernière fois… J'ai des *flashbacks* du sang qui abonde dans les toilettes et j'ai la gorge nouée, les jambes et les mains tremblantes. Je me répète en murmurant et prenant de grandes respirations : *Non, Non, ça va bien aller… Tout va être correct…*

Horreur

Je suis enceinte de huit semaines, exactement le temps où j'ai eu ma fausse couche la première fois. J'écarte cette pensée qui commence rapidement à créer de l'anxiété dans ma poitrine.

Je déguise mon fils pour la fête de l'Halloween. Je me costume aussi pour me rendre au bureau. Ensuite, c'est la tradition chez ma belle-mère qui se déguise en sorcière pour sa fête. Je passe ramasser des bonbons avec mon petit ninja. Il mange un peu trop de bonbons et se couche un peu plus tard… mais ce n'est pas si grave puisqu'on est un samedi soir.

J'enlève mon costume et vais aux toilettes avant de me glisser dans mon bain.

Je vois une mare de sang qui remplit les toilettes à la vitesse d'une hémorragie. Mon pire cauchemar est en train de se réaliser. Je me rhabille en pleurant et m'approche de mon conjoint.

— Je saigne comme pour une hémorragie. Je viens de perdre le bébé, lui dis-je en pleurant. J'ai de terribles crampes.

— Attends de voir le médecin lundi pour confirmer.

— Il n'y a rien à confirmer. Le montant de sang est effrayant. Impossible que le bébé survive à cela, dis-je d'un ton convaincu hoquetant de larmes.

J'appelle ma sœur la voix haletante laissant apparaître que j'ai pleuré.

— Je viens de perdre le bébé, lui dis-je en entendant ma voix comme en écho dans le combiné.

— Ohhh, non. C'est pas vrai. C'est pas possible, me dit-elle, bouleversée.

*

C'est comme un *déjà vu*. Comme un film d'horreur. Le rendez-vous avec le médecin de famille. La prise de sang. L'échographie. Cette fois-ci, je vois quelque chose dans le moniteur pendant l'échographie. Cela remonte un peu mon espoir que le bébé soit encore là. Mais non, le bébé n'y est plus. J'ai un billet médical pour une semaine.

*

Cette fois-ci, la dépression s'installe. Je n'ai plus confiance en la vie. Je suis abattue, impuissante face à cette seconde perte… Je ne vais jamais en voir le bout. Je ne vais jamais arriver à avoir un autre enfant… C'est la fin du rêve, la fin de l'espoir.

Je mange peu. Je pleure sans arrêt. J'ai de la difficulté à dormir. Je reste emprisonnée dans un silence noir et vide.

La colère envers l'absence de ma mère refait surface. *J'ai besoin de toi Michou, j'ai besoin de toi.* Je ressors la boîte à souvenirs de ma mère et lui parle en regardant sa photo. *Pourquoi t'es pas là ? Pourquoi t'es partie ? Fallait faire attention.* Je suis en colère contre ma mère de ne pas être là pour moi. Je suis en colère contre la vie. Je suis en colère contre Dieu. Je me sens davantage comme une victime qu'on châtie injustement.

*

Je prends un bain à la chandelle pour calmer les douleurs atroces qui continuent de me marteler le ventre. Mon conjoint entre, se déshabille et vient s'étendre dans l'eau à mes côtés. Il me prend dans ses bras, me flatte les cheveux mouillés, me baise le front et sèche mes larmes. Il me tient dans ses bras pour me dire qu'il est là et qu'il me protège. Tel un roc, solide et silencieux.

— Je n'en peux plus. Je ne veux plus jamais essayer. Je n'en peux plus. J'ai mal au ventre. Je ne vois pas le bout du tunnel, hoquetai-je en délire et en pleurs.

Avortement provoqué

Je suis étendue sur le futon avec un sac de billes chaudes sur mon ventre. J'ai toujours des douleurs intenses dans l'utérus et des saignements abondants. Je n'ai envie de rien faire d'autre que pleurer. Mais je me retiens car mon fils est là par terre devant moi. Mon fils s'approche de moi et m'invite à jouer et faire son

casse-tête avec lui. Je me rends compte que je n'ai aucune énergie et aucune envie de jouer avec lui. Alors que pendant deux ans, ce fut mon plus grand plaisir, je lui réponds : *Demande à Papa*.

C'est à partir de ce jour qu'une étincelle périt en moi : cette joie brute d'être mère et d'en apprécier chaque instant.

Il me regarde et dit :

— Maman, y'a pu bébé ?

Je regarde mon conjoint bouche bée. On ne lui a pas annoncé que j'étais enceinte. Comment a-t-il su ? Il a entendu quelque chose ?

— Non, y'a pu bébé, lui répondis-je ne pouvant plus retenir mes larmes.

*

Quelques jours plus tard, c'est la colère qui s'installe.

— Je ne veux plus avoir d'enfant. Je ne veux plus essayer. J'en ai assez de la douleur, de l'espoir et de la perte, dis-je à mon conjoint d'un ton ferme, colérique et décisif.

— C'est trop tôt pour parler de cela. Je sais que c'est difficile pour le moment. Donne-toi du temps, on verra, me dit-il doucement.

— Je n'ai pas besoin de temps. C'est fini, continuai-je d'un ton ferme et décisif.

— D'accord. Je ne peux te forcer, c'est ton corps. Je vais respecter ta décision, me répond mon conjoint.

*

Je me berce et pleure dans la chambre de bébé que j'évite pour ne pas fondre en larmes. Je regarde la bassinette vide qui n'attend que son bébé et sanglote.

Mon ventre me fait terriblement mal. Les saignements sont constants depuis bientôt trois semaines. Et tout cela pour RIEN. Au moins, si j'avais mal pour un bébé. Je n'ai que mal pour l'absence d'un bébé.

*

J'entre au bureau le lundi suivant. Je m'assois en transe. Je n'ouvre même pas mon ordinateur devant moi. J'éclate en sanglots. Mes deux collègues de bureau me prennent dans leurs bras et me font une caresse. Ils ont un regard surpris et concerné.

— Je viens de faire une autre fausse couche, leur annonçai-je à travers mes larmes.

— Non, pas vrai. C'est tellement injuste. Ce n'est pas croyable que tout cela arrive à la même personne, dit ma collègue.

— Je suis tellement désolé, répondit mon collègue.

— Prends tout le temps de congé de maladie dont tu as besoin. Tu es déjà proche de l'épuisement depuis un bon bout de temps, me suggère ma collègue.

— Je ne peux pas travailler, dis-je d'une voix résignée.

Je téléphone et prends un rendez-vous avec mon médecin de famille pour la même journée.

J'appelle ensuite mon superviseur.

— Je suis vraiment désolée. Je ne peux pas travailler. Je viens de faire une fausse couche. J'ai un rendez-vous avec mon médecin.

— Je comprends, me répondit-il avec sympathie.

*

Je m'assois devant mon médecin.

— Je vois que tu vis cela difficilement. Quand je t'ai vue, il y a quelques mois, je trouvais que tu n'avais pas l'air bien… En passant, il n'y avait pas de bébé.

— Quoi ? lui dis-je comme assommée, comme si mon cerveau ne comprenait pas bien.

— Tu as fait une grossesse molaire. Quand des jumeaux miroirs ne se séparent pas bien, une masse se forme au lieu des fœtus. Les prises de sang confirment que ce n'est pas cancéreux.

Je suis abasourdie, confuse.

— Pas de bébé… jumeaux… pas cancéreux ? bredouillai-je comme un automate.

— Tu vas devoir réaliser plusieurs prises de sang afin qu'on monitore la diminution de l'hormone de grossesse. Cette condition fait que la masse est plus grosse qu'un bébé et produit un taux d'hormones très élevé, ce qui prend beaucoup d'énergie. C'est une condition assez rare. Tu peux faire des recherches sur internet, me dit-elle en écrivant *grossesse molaire* sur un papier, et me le

tendant.

— Il est possible que tu aies plusieurs saignements cette semaine. Je te donne deux semaines en maladie, continue-t-elle en écrivant un billet d'absence pour le bureau.

Elle rédige une prescription et me la tend en me disant :

— Voici plusieurs copies de la requête pour les prises de sang. Tu devrais au début en faire deux fois par semaine. Ensuite, une fois par semaine pour quelques mois et une dernière dans six mois. Si le taux hormonal augmente et que la masse grossit, il faudra possiblement voir à une opération pour l'enlever.

Je prends les papiers et soupire. J'ai souvent des chutes de tension pendant une prise de sang et voilà que je dois en faire à répétition.

— Il y a un nouveau médicament approuvé par Santé Canada il y a peu de temps. Ça fait déjà quelques années qu'il est sur le marché aux États-Unis. Ce médicament va provoquer un avortement, au lieu de faire un curetage en chirurgie à l'hôpital, m'explique mon médecin de famille.

— Je ne peux pas croire qu'il n'y ait pas eu de bébé. J'ai vu quelque chose sur l'échographie, lui dis-je encore sous le choc, en état de déni.

— C'est la masse qui était là, répond celle-ci.

Je pleure confuse et abasourdie.

— Je crois que tu n'as pas eu le temps de vivre le deuil de ta mère parce que tu as accouché rapidement après son accident. Ensuite une fausse couche… et maintenant une grossesse molaire. Tu as une accumulation de deuils non résolus. Je veux que tu ailles consulter un professionnel pour du counseling.

Je l'écoute comme en transe. Je sais qu'elle a raison et je hoche la tête pour acquiescer.

Le mot avortement me choque. Je ne veux pas avorter d'un bébé. Je veux mon bébé. Il n'y a pas de bébé… j'entends ma propre voix me répétant ces faits à maintes reprises comme en écho : *Garde bien ce papier, car les instructions ne seront pas écrites sur la bouteille que tu recevras en pharmacie. Prendre trois pilules quatre fois (une heure entre chaque)*.

Je vais à contrecœur chercher ce médicament pour me faire avorter la masse non cancéreuse. J'arrive à la maison avec ce médicament. Un avortement

provoqué, ce mot a comme une mauvaise connotation. Comme si j'avais fait ce choix d'évacuer mon fœtus mort dans mon corps.

Je ne peux pas croire qu'il n'y a pas eu de bébé. Je l'ai senti, je l'ai aimé. Je ne peux m'imaginer qu'il n'a pas été là.

J'attends d'être seule avec mon conjoint pour lui parler quand mon fils sera couché.

— Mon médecin m'a dit que j'avais fait une grossesse molaire et qu'il n'y avait pas de bébé mais une masse non cancéreuse, lui dis-je d'un trait.

— Quoi ! me dit-il.

On fait des recherches ensemble sur le web.

Cette condition serait créée par une portée de jumeaux…

— Hummm. Il y a deux couples de jumeaux du côté de ma mère, dis-je à haute voix en interrompant la lecture… dont les molécules ne se séparent pas comme il se doit. Ces molécules créeraient un genre de tumeur, dont cinquante pour cent sont cancéreuses.

Je suis dans le cinquante pour cent non cancéreuses. Devrais-je remercier la vie pour cela !? Je doute encore qu'il n'y ait pas eu de bébé. Et si pour l'espace d'une seconde, d'une minute, d'une journée, d'une semaine ou deux, deux petites âmes avaient vu le jour ? Et puis j'ai saigné abondamment pendant plus de quarante heures avant mon échographie que le médecin a regardée. Peut-être que deux minuscules fœtus sont passés dans les toilettes sans que je les voie ?

J'appelle ma sœur et lui répète la nouvelle.

— Je suis certaine que j'ai eu deux petits anges en moi… lui dis-je en pleurs.

— Mais le médecin a dit qu'il n'y avait pas de bébé, répète ma sœur.

— Mon cœur n'arrive pas à le croire. Et c'est un peu comme si cette annonce devait apaiser ma peine. Mais au contraire, je me sens comme si les gens ne reconnaissaient pas mon deuil.

— Le deuil peut avoir été l'idée d'avoir le bébé, suggère celle-ci.

Je me tais. Personne ne peut comprendre ma négation et mon refus de croire qu'il n'y a pas eu de vie dans mon corps. Je me sens seule avec ce deuil mal compris et je me sens encore plus isolée que jamais. Des histoires de fausses

couches, on en entend beaucoup mais pas de grossesse molaire. Et de voir cette information sur le web *Condition très rare… une fausse couche sur mille*, ajoute à mon sentiment d'injustice face à ma situation.

*

Le lendemain, je conduis mon fils à la garderie.

J'attends d'être seule pour faire le traitement. J'ai tellement de douleurs utérines que j'en ai des nausées. Je mets un sac de billes chaudes sur mon ventre. Je transpire, avec un souffle haletant. Je continue le traitement et prends trois fois quatre pilules sans regarder sur le papier que mon médecin m'a remis. Je commence à avoir des nausées, le cœur qui se débat et j'ai un malaise général. Je vais chercher le papier médical dans ma bourse. Oh non ! Il est écrit quatre fois trois pilules et j'ai pris trois fois quatre pilules. La dose est plus grosse dans un temps plus rapproché. J'ai peur. Je panique. J'espère que je ne fais pas une surdose.

Je téléphone à Appel Santé et entend la voix d'un homme.

— Je me suis trompé, je n'ai pas pris la bonne dose. Il fallait que je prenne quatre fois trois pilules mais j'en ai pris trois fois quatre, lançai-je d'un ton grave et paniqué.

— De quel médicament s'agit-il ? me demanda celui-ci.

Je lis difficilement le nom du médicament sur le billet avec ma main tremblante.

— Vous allez être correcte, Madame. La douleur et la provocation des contractions sont seulement plus fortes. Respirez profondément comme si vous étiez sur le point d'accoucher… me recommande celui-ci.

Je raccroche le combiné, soulagée.

Je dois faire comme si j'accouche… accouche de mes fœtus morts… Et toutes ces contractions et ces douleurs pour rien… Pour rien, murmurai-je à moi-même en pleurant et en respirant profondément et intensément. Mais qu'est-ce qui m'a pris de faire ce traitement seule, chez moi ?

J'appelle ma sœur qui est en train d'allaiter son bébé.

— J'ai mal, je n'ai pas pris mes médicaments comme il faut, commençai-je d'un ton précipité et quasi incompréhensible.

— Appel santé ont dit que tu allais être correcte ? me demande-t-elle.

— Oui. Je n'ai pas pensé que j'allais avoir des contractions comme si j'accouchais. J'avais compris un avortement… je ne savais pas à quoi m'attendre, continuai-je haletante.

En raccrochant, je me dis que ma sœur serait venue si elle avait su et si j'avais su… et si je lui avais demandé. Mon conjoint aurait pu prendre une journée de congé pour m'aider à passer cette épreuve. C'est comme si je n'étais pas à l'aise d'avoir mal devant quelqu'un d'autre. Je voulais me cacher pour vivre cette expérience seule. Mais ce faisant, je me sens encore plus seule dans ma douleur.

Quelques heures plus tard, je cours aux toilettes. Un immense *splash* se fait entendre. Cette fois-ci, je me lève et reste debout à observer ce qui vient de sortir de mon corps. Ce n'est pas comme un œuf mais l'apparence de plusieurs grosses grappes de raisins.

Je pleure la mort de mes jumeaux. Mon cerveau ne peut lâcher l'idée et la certitude que ces deux bébés ont existé. À l'intérieur de moi, mon instinct me dit que j'ai perdu un bébé et maintenant, je sais qu'il y en avait deux.

Je les nomme comme l'ange Gabriel et l'ange Raphaël. Ces deux noms sont également unisexes.

Michou, cherche et prends soin de mes deux petits anges.

S'ils existent, trouve-les.

Colère en boule de neige

J'arrive pour mon premier rendez-vous avec la psychothérapeute. Je me sens un peu nerveuse.

Je passe la plupart de cette session à pleurer en racontant l'accident de ma mère.

— Je lui avais dit de faire attention… Quelques mois avant l'accident, ma mère nous a raconté, à moi et à ma sœur, une autre de ses péripéties. Ma mère était toujours pressée. Elle ne marchait jamais, elle se déplaçait souvent au petit trot. En sortant du casino cette fois-là, elle s'était pratiquement fait heurter par une voiture dans le stationnement… Je l'avais grondée. Je lui avais dit :

Ben, fais donc attention, t'es toujours trop pressée.

On a besoin de toi, nous… on ne veut pas te perdre.

Je prends un souffle pour continuer :

— Aussi, quelques jours avant l'accident, ma mère, ma sœur et moi avons pris une marche. Elle a traversé la rue en diagonale. Je lui ai dit : *traverse pas comme cela* et elle m'a répondu : *Ben, c'est pour sauver du temps…* Dans le témoignage des témoins et le rapport de police, il est clairement noté qu'elle a traversé la rue de cette façon.

— Tu es en colère contre ta mère car elle ne t'a pas écoutée. Tu n'as pas pu prévenir l'accident. Tu es en colère car tu n'as pas eu le contrôle sur ta mère… indique la psychothérapeute. Elle laisse quelques secondes de pause avant d'ajouter :

— … car elle a pris ses propres décisions… pour sa propre vie. On est chacun libre de ses choix, termine-t-elle d'un ton lent et articulé.

— Je me sens en colère contre ma mère parce qu'elle n'a pas été là pour mon accouchement et pour m'aider avec mon enfant. Elle n'a pas été là quand j'ai fait ma première fausse couche et que j'avais besoin d'elle… Elle n'a pas été là pour ma grossesse molaire non plus… ajoutai-je avec une voix plus blessée que remplie de colère.

*

Les prises de sang se succèdent. Et je saigne encore lorsque je vois mon médecin de famille deux semaines plus tard.

— Je saigne encore. Je pleure constamment. Je mange et dort peu.

— Hummm, ton taux d'hormone baisse encore très lentement, dit-elle en regardant les résultats de mes prises de sang.

— Pourquoi ne pas faire un vrai curetage à l'hôpital ? On serait plus sûr qu'il ne reste pas de masse. Que cela ne recommence pas à pousser, dis-je anxieuse.

— Je consulte un spécialiste à ce niveau, me rassure celle-ci.

— Je te signe encore trois semaines car je serai en vacances dans deux semaines.

*

Je passe mes journées à dormir ou à pleurer en secret la fin de la vie de mes jumeaux et de mon Emmanuel(le) sans soutien réel.

Lors d'une fausse couche, il y a souvent une absence de la reconnaissance du deuil. Socialement, il y a comme cette croyance controversée qu'un fœtus n'est pas un être humain avant qu'il naisse. C'est un peu pour cela que l'avortement est toléré.

Donc, une grossesse non menée à terme n'évoque pas la même compréhension et le même support qu'un autre décès. On le voit plus comme un obstacle, une erreur de parcours, une erreur de la nature. Tous ces termes ont une connotation négative.

Tu te reprendras une autre fois. Un bébé n'est pas comme une entrevue ou un examen fichu. On ne peut jamais ravoir le bébé perdu. Sa place n'est pas prise par une autre grossesse.

Et lorsque la jeune mère pleure par suite de la fausse couche, on met cela sur le dos des hormones. On oublie souvent la réalité de la vie utérine qui a commencé dans le ventre de la mère. Ses larmes n'ont rien à voir avec les hormones, mais pleurent bien le décès du bébé. C'est plutôt comme une douleur psychologique profonde, qui fait suite à un traumatisme physique causé par les saignements et les douleurs provoqués par l'extraction du fœtus. Je crois que seules celles qui vivent cette expérience horrible peuvent comprendre ces douleurs étroitement interreliées.

Et voilà qu'avec une grossesse molaire, on me dit qu'il n'y avait pas de bébé. Je n'ai pas la reconnaissance de la perte non pas d'un mais de deux bébés. De dire qu'il n'y avait pas de bébé m'enlève ce droit d'être endeuillée pour leur perte. Il n'y a pas seulement une incompréhension mais une négation du deuil. Pour moi, ce fut la joie d'attendre mon bébé et la perte d'une vie réelle.

Ce deuil n'est comme aucun autre. Comme un lien intime qui se crée aussitôt la grossesse confirmée. Tout tourne autour du *bébé à naître.* Ce qu'on mange et ne mange pas. Ce qu'on boit et ne boit pas. On limite certains exercices. Déjà la vie commence à se centrer autour du bébé. Ce sera une fille ou un garçon ? On a noté à son calendrier la date prévue de son arrivée, les échographies et les rencontres médicales. C'est tout cela qui meurt : le rêve, le lien, l'attente et le fœtus lui-même.

Je barbouille les notes des rendez-vous médicaux sur mon calendrier avec rage et je déchire les pages de mon agenda. Il n'y a rien devant moi : rien à attendre,

rien de prévu, rien dans l'avenir.

Souvent, on se remet en question. Est-ce que j'ai fait quelque chose de pas correct ? Est-ce que j'aurais pu faire quelque chose de plus ? Cette remise en question et ce sentiment de culpabilité rendent ce type de deuil complexe.

Ayant tenté pendant deux années de féconder, et à ne pas avoir mené deux grossesses à terme, c'est toute mon identité de femme qui en a pris un coup. Cela a ébranlé ma confiance en moi-même et encore plus en mon corps.

Je me rends compte que je n'ai pas de pouvoir sur mon corps, ni sur la mort, ni sur la vie et la mort de mes petits anges. C'est la pendule de la vie et de la mort.

*

La dame pour les assurances emploi invalidité à court terme me téléphone.

— On ne peut pas accepter le billet médical pour trois semaines. Cela doit être pour deux semaines, me dit-elle de façon catégorique.

— Mon médecin de famille est en vacances. Elle ne pourra pas le faire dans ce délai, lui expliquai-je.

— Ça ne me dérange pas. Allez aux urgences. Moi, j'ai besoin d'un billet médical de deux semaines pour approuver votre dossier.

— Vraiment ! Vous croyez qu'un médecin aux urgences qui ne me connaît pas, ni mon historique, va fournir sur parole un billet médical ? lançai-je d'un ton laissant entendre que cela est ridicule.

— J'en ai besoin d'un, insista la dame.

Je téléphone aussitôt aux Ressources humaines au travail pour leur faire part de la demande de la dame pour l'invalidité que je trouve inacceptable.

— Laisse cela entre nos mains. Cela n'a pas de sens. Je vais contacter la superviseure au dossier pour en discuter.

— Merci.

La perte du sentiment de sécurité

Je continue mes rencontres avec la psychothérapeute.

Elle me regarde avec sérénité. Elle écoute avec attention et respect.

— Avant l'accident de ma mère, je vivais avec l'illusion de vivre en sécurité et

que les accidents n'arrivaient qu'aux autres. Comme une pensée magique que j'étais à l'abri de tout. Maintenant, j'ai la sensation constante que le monde est dangereux et que les accidents peuvent arriver à tout moment. Je suis en état d'alerte, comme s'il fallait me protéger et protéger à tout prix ceux que j'aime.

— Ton sentiment de sécurité a été affecté, analyse-t-elle.

— Depuis l'accident de ma mère, j'ai des *flashbacks* chaque fois que je vois un autobus de ville… Le malheur dans tout cela est qu'il y a un arrêt d'autobus directement devant chez moi. Aux heures de pointe, il peut y en avoir plus d'une dizaine par heure. Mais à quoi avons-nous pensé lorsqu'on a acheté cette maison alors que notre fils avait un peu plus d'un an ? Il n'en reste pas moins que j'évite de traverser la rue à ces heures pour amener mon fils jouer au parc. Et que sept ans plus tard, à chaque fois que je traverse la rue, de dire : *attention, les autobus arrivent vite*… C'est la même chose quand j'entends une ambulance, je me demande aussitôt si c'est quelqu'un que je connais et je me mets à stresser… continuai-je d'un trait.

— Comme devoir, j'aimerais que tu réfléchisses aux stratégies que tu utilisais pour passer au travers des épreuves avant aujourd'hui. Qu'est-ce qui fait qu'elles ont fonctionné avant ? Utilises-tu ces stratégies présentement ? Et par conséquent, quelle est la raison pour laquelle elles ne fonctionnent pas aujourd'hui ?

*

Pendant toute la semaine, je réfléchis à cette question. Et soudain, lorsque je me couche le soir, la réponse me vient.

Avant l'accident, tous les soirs, je faisais une petite prière. Et là, je n'en fais plus. J'ai perdu cette confiance que j'avais en Dieu. Lorsque je priais, j'avais la certitude de ne pas être seule contre la vie, qu'Il m'aiderait, qu'Il me guiderait. J'avais confiance en Lui alors que depuis l'accident de ma mère, je suis en colère contre Lui. Je ne comprends pas qu'Il m'ait pris ma mère, qu'Il m'ait enlevé mon bébé et me fasse souffrir avec cette grossesse molaire… et possiblement la perte de mes jumeaux.

Donc, non seulement j'ai perdu la foi, mais pire encore, je crois que Dieu est là et qu'Il s'en prend à moi de façon cruelle et injuste. Qu'il y a ce Dieu et qu'Il peut créer mon malheur est encore pire que d'en nier l'existence. S'il n'y avait pas de

Dieu et que tout n'était que coïncidence, ce serait moins terrifiant.

Il va sans dire que Dieu ne nous donne pas d'épreuves qu'on ne puisse surmonter ! Mais, je ne suis pas capable de surmonter toutes ces épreuves sur mon chemin. Et mon raisonnement humain est que tout cela n'a aucun sens… Pourquoi Dieu testerait-il ma capacité à survivre à ces épreuves ? Ce sont des sottises qu'on nous transmet de génération en génération pour aider les gens à passer au travers des moments difficiles de la vie.

L'aile des naissances

Le téléphone sonne. J'entends la voix de mon médecin de famille, ce qui m'alerte :

— Pour donner suite aux autres résultats de prise de sang, le spécialiste et moi avons conclu qu'il serait préférable de faire un curetage. Rends-toi immédiatement à l'hôpital pour la chirurgie.

Je raccroche le combiné avec le cœur battant.

— On doit se rendre à l'hôpital. Ils ont décidé de me faire un curetage, dis-je à mon conjoint. J'ai pris ce sacré médicament pour avorter, j'ai saigné pendant près de quatre semaines et c'est maintenant qu'on décide de me faire un curetage, continuai-je d'un ton accusateur.

Mon conjoint téléphone à ses parents pour garder notre fils pendant que je prépare un sac avec des collations et un livre.

Nous passons plusieurs heures d'attente dans une salle divisée en plusieurs rideaux aux urgences.

Le spécialiste se présente.

— Votre médecin me dit que vous prenez la nouvelle difficilement. De tous les couples que je rencontre, si j'ai un pari à faire, c'est que d'ici deux ans, c'est vous qui aurez un enfant. Plusieurs n'en ont pas et vous avez la chance d'avoir eu un bébé, me dit celui-ci avec sympathie, se voulant encourageant.

Il me lit et me fait signer les consentements liés aux risques de la chirurgie.

Quelque temps plus tard, on nous monte à l'étage au département d'obstétrique. J'ai une chambre dans l'aile des naissances ! C'est cruel et absolument impensable qu'on fasse subir cela à une femme qui fait une fausse couche. Je partage une chambre avec une dame qui n'a pas son bébé et qui

pleure sans arrêt.

Je me mets à pleurer. J'entends les pleurs des bébés en arrière-plan. Je vois les gens passer dans le corridor avec des fleurs et des ballons.

L'infirmière qui me soigne est clairement mal à l'aise et trouve difficilement ses mots.

On me met finalement dans une chaise roulante pour me préparer à la chirurgie. Je suis dans la salle préopératoire. Le porteur sécurise les courroies de la civière.

Et soudainement, il y a un appel d'urgence. L'infirmier annonce d'une voix forte :

— Une dame fait une hémorragie et le bébé est en détresse. Il faut faire une césarienne d'urgence dans la chambre.

Toute l'équipe du bloc opératoire sort en courant de la salle. L'infirmier qui a répondu au téléphone s'approche de moi et me dit :

— Désolé. C'est la première fois que quelqu'un est si proche de son opération et qu'on ne peut procéder. Nous devons vous ramener à votre chambre.

Nous attendons encore plusieurs heures. Finalement, un médecin nous approche vers minuit :

— Je suis désolé. À la suite de votre admission, nous avons eu plusieurs urgences. Mon équipe est épuisée. Nous ne pouvons faire votre procédure ce soir. Vous pouvez retourner à la maison pour dormir et revenir demain matin. Votre admission sera encore valide et vous pourrez revenir dans cette chambre.

C'est ce que nous faisons. J'ai encore une fois quelques saignements au cours de la nuit. Cependant, le lendemain, mon conjoint se rend au bureau car il a des obligations au travail.

— C'est correct. Je peux y aller seule, lui dis-je.

Je prépare mon fils pour la garderie et conduis pour retourner à l'hôpital. Je me remets à pleurer. Je suis seule. Pourquoi ai-je dit à mon conjoint de ne pas venir ? Je me sens abandonnée.

Je retourne à ma chambre à l'aile des naissances. J'entends encore les pleurs des nouveau-nés. Il y a toujours des gens qui passent dans le corridor avec des fleurs et des ballons. Et les infirmières sont encore mal à l'aise lorsqu'elles

s'adressent à moi. Je me plonge dans un roman pour tenter de faire distraction dans ces longues heures d'attente pénibles.

Le médecin entre dans la chambre.

— J'ai eu des saignements hier soir et ce matin, j'ai seulement un peu de *spotting*, lui expliquai-je.

— Si tu veux, il y a de la place pour faire une échographie pour voir si tout a été évacué et une autre prise de sang pour le taux d'hormones de grossesse. On pourra ensuite voir si on procède au curetage.

— D'accord.

Peu de temps après, un porteur m'amène en chaise roulante pour faire l'échographie. C'est la première fois que je suis soulagée de ne rien voir. Le test de sang revient aussi sans hormone décelée. Finalement, je n'ai pas besoin de curetage et je retourne à la maison.

À contre-courant

Je m'assois devant ma psychothérapeute et lui raconte la suite des évènements, mes questionnements sur la vie de mes jumeaux, la soirée à l'hôpital.

Elle m'écoute et conclut que ces moments ont dû être difficiles pour moi.

— J'ai aussi trouvé la réponse à ce qui m'a aidé avant à passer au travers des moments difficiles. J'ai perdu foi en Dieu. Je me sens châtiée, mise à l'épreuve injustement. Je suis en colère contre Dieu. Donc, je suis seule devant les épreuves de la vie.

— Il te faut maintenant réfléchir et retrouver un sens à ta vie, qu'il soit religieux ou de manière plus large, spirituel. À toi de te réconcilier avec ta foi ou encore de découvrir de nouvelles croyances.

*

Je suis à bout. Rendue face à la réalité et l'éventualité que je ne puisse mener à terme un deuxième enfant. Je suis résignée devant cette défaite, cette faiblesse de mon corps qui n'en peut plus de souffrir.

— Je n'en peux plus. Je ne pourrais pas passer à travers cette épreuve une troisième fois. C'est trop dur, dis-je à mon conjoint d'un ton mélancolique.

— Je ne suis pas prêt à laisser aller le rêve d'avoir un deuxième enfant, me confie-t-il. Je ne peux pas te forcer. C'est ton corps à toi. Je respecterai ta décision en temps voulu mais ce ne doit pas être maintenant, me répond celui-ci d'un ton compréhensif.

Il flatte mes cheveux et essuie mes larmes sur mon visage.

Ce soir-là, je commence à faire le deuil d'un deuxième enfant. Et je commence à imaginer notre petite famille à trois.

*

Lorsque je vois mon fils, mon cœur s'attendrit et ma colère s'estompe. Je passe beaucoup de temps avec lui pendant la routine du dodo.

— Tu devrais le coucher plus vite, me dit mon conjoint.

— Tant qu'il voudra que je sois avec lui pour une histoire, des chansons, je le serai. Je ne suis pas pressée de sortir de sa chambre. C'est le meilleur moment de ma journée. Je prévois un bon vingt minutes avec lui en conséquence. Avant longtemps, il ne voudra plus que je lui frotte le dos et m'étende à ses côtés. Ça me fait du bien à moi aussi, avouai-je.

*

Je suis de nouveau sur la chaise devant le regard de ma psychothérapeute qui attend que je commence à parler.

— Je suis toujours en colère contre Dieu. Je suis aussi en colère contre mon corps qui ne m'écoute pas, contre la vie que je ne contrôle pas, ventilai-je.

— Tu te bats contre la vie, alors que tu ne pourras gagner. La vie est faite de beaucoup de choses qui sont hors de notre contrôle. Je te sens en colère, en lutte contre la vie et cette lutte est vaine. Je t'invite à fermer les yeux.

Je ferme les yeux et attends de suivre les instructions de sa voix pour me guider dans une imagerie.

— Imagine que tu es dans un rapide et que tu t'agrippes à une branche pour ne pas partir dans le courant. Tu te tiens fort car tu as peur de ce qui pourrait arriver si tu te laisses aller… commença-t-elle d'une voix calme, envoûtante, quasi hypnotique.

Je visualise vraiment cette scène dans ma tête. Je suis accrochée à cette branche et je vois le courant sous moi qui se jette dans un rapide.

— La vie est comme ce courant rapide qui te pousse vers l'avenir. Même si tu tentes d'aller à contre-courant, tu n'y arrives pas. Tu es frustrée, en colère. Tu ne peux pas remonter, retourner en haut vers le passé. Il ne te reste qu'un choix, te résigner et laisser le passé derrière… Tu as peur mais tu es épuisée de te battre contre le cours de la vie. Ce courant peut aussi t'apporter plusieurs belles choses… mais tu dois lâcher prise. Tu laisses la branche glisser entre tes mains et tu glisses dans le courant…

Je sens mes épaules s'affaisser d'un lourd fardeau et je soupire de soulagement.

*

Il me reste une semaine avant mon retour au travail. Je pleure encore tous les jours mais de manière moins intense.

Je me fixe de petits objectifs. Je décide de faire du ménage dans les photos que j'ai prises ces dernières années. Je les regarde. Je souris à tous ces beaux moments avec mon fils et ma famille au chalet en été et à Noël, la belle-famille et de nombreux voyages. Je monte des cadres à photos multiples pour afficher sur le mur des marches d'escalier. Je mets plusieurs autres photos dans des albums. Cela me fait du bien… Cela m'oblige à regarder le positif et à revoir la lumière au bout du tunnel. Aussi, à reconnaître qu'à travers mes douleurs et mes épreuves, il y a eu beaucoup de bons moments à chérir, beaucoup de bonnes personnes dans ma vie à apprécier. Cela m'aide à détourner le regard de tout ce qui me manque et que j'ai perdu et à voir tout ce que j'ai et à être capable de l'apprécier. Ce petit projet m'a aussi obligée à aller magasiner pour les cadres… J'adore le shopping, et avoir un projet m'a fait du bien.

*

Je vais encore une fois par semaine voir la psychothérapeute et faire une prise de sang pour m'assurer qu'aucun résidu de la masse ne cause une seconde manifestation.

Une partie de moi a envie de prolonger ce temps pour moi car il m'aide à guérir, d'autre part, je ressens de la culpabilité. Si je suis assez bien pour magasiner et faire un projet de photos, je suis assez bien pour retourner travailler… Et puis, il y a le party de Noël du bureau et celui avec mon groupe de mères adolescentes qui approchent et que je ne veux pas manquer… De plus, je

suis à salaire réduit, et il y a tous ces congés fériés dont je peux bénéficier à cent pour cent de mon salaire. Le temps des fêtes me redonnera du temps pour moi et pour continuer de récupérer.

En pensant à ces raisons aujourd'hui, je sais que cela a été une erreur et que je ne suis pas retournée pour les bonnes raisons. Surtout, si j'avais su la suite des évènements.

Rechute

Je retourne au bureau juste à temps pour fêter Noël avec mes collègues et aussi dans mon programme pour mères adolescentes. Mon retour progressif commence à deux jours par semaine et me permet de participer à ces deux activités.

Je me prépare pour faire mon apparition au party de Noël avec les mères adolescentes et leurs bébés. Soudainement, l'excitation de la fête se change en appréhension. Comment vais-je réagir ? Avec leurs petites surprises pour la plupart non planifiées, elles vivent une autre réalité, des défis qui vont à l'encontre des miens. C'est comme si ces situations s'entrechoquaient. Pourquoi elles, alors qu'elles n'ont pas choisi et voulu une naissance ? Pourquoi pas moi, qui veut tant et qui n'y arrive pas ? C'est avec des émotions mixtes que je travaille avec elles, mais en même temps, cela comble un vide en moi de les aider avec leurs bébés. Je prends des bébés lors de pauses. J'aide certaines d'entre elles à allaiter. Je ne ressens ni colère, ni jalousie, à ma grande surprise. Et davantage de soulagement lors de mon travail auprès d'elles.

Et là, c'est Noël, un des plus beaux moments de l'année avec elles. J'aide aussi avec la campagne des lutins pour offrir des cadeaux aux enfants qui sont dans le besoin dans la région… et je ne veux pas manquer ces évènements qui m'apportent toujours de la joie.

J'entre ce matin-là avec de la bouffe et des cadeaux en main. Mes collègues me soutiennent et sont très compréhensives et sensibles à ce que je vis personnellement.

Au milieu de la journée, je ressens soudainement des crampes. Je me rends aux toilettes. Cela fait une semaine que j'ai fini les saignements de la grossesse molaire. C'est le début de mes périodes ? Je crois… Cependant, des masses semblables à des grappes de raisins coulent dans les toilettes publiques. Je reste

un bout de temps dans l'isoloir sans trop savoir quoi faire, en entendant les mères et les enfants utiliser les toilettes près de moi. Je retiens mes larmes et je me sens nerveuse. Et si la masse revenait ? Et si cela devenait cancéreux et se propageait ? Je reste un long bout de temps pour m'assurer qu'il n'y a personne quand je sors des toilettes. Je me lave le visage et mouille mes yeux afin de chasser la rougeur. Je ne veux alarmer personne avec des yeux trahissant les pleurs que j'ai versés. Je regarde l'heure passer lentement en tentant de me rassurer que tout devrait être correct.

Après le travail, je passe faire une prise de sang pour vérifier le taux d'hormones. Je prends un numéro et attends nerveusement sur un siège. Pourquoi suis-je retournée travailler ? Je croyais que tout était fini, derrière moi. Toute la masse n'était pas sortie de mon corps. Je viens de voir sa texture bizarre. A-t-elle repris ? Finalement, j'aurais peut-être dû aller de l'avant avec le curetage à l'hôpital afin de tout enlever une fois pour toutes ! Et s'il fallait tout - recommencer à zéro ? L'admission, l'attente dans l'aile des naissances, les consentements à l'anesthésie et à la chirurgie. Finalement, la prise de sang est faite. Je serai stressée pour les prochaines quarante-huit heures en attente des résultats.

Je me rends ensuite au restaurant pour notre party de Noël avec mes collègues. Je n'ai pas très faim. Je m'inquiète que des gens me questionnent au sujet de mon absence du bureau. Mon esprit est ailleurs et je n'arrive pas à me relaxer et apprécier la soirée.

Je me sens prise au piège, ne pouvant faire marche arrière face à mon retour au travail. En contemplant cela aujourd'hui, il n'aurait fallu qu'un autre rendez-vous avec mon médecin de famille pour prolonger mon absence.

Rien n'est comme avant.

Ce Noël est différent dans ma famille puisque tous les plans sont en fonction de l'amie de mon père et de sa famille. On fête Noël dans leur condo comme une famille reconstituée. Rien ne ressemble à aucune tradition familiale. Et pas de place pour un souvenir de ma mère.

Notre temps privilégié avec mon père au chalet inclut cette nouvelle amie assise devant moi à la place de ma mère. Et le temps au chalet est écourté par d'autres engagements. Aussi, ils quittent plus tôt après le Jour de l'an. Ils, ou elle,

veulent arriver plus tôt à leur condo qu'ils se sont achetés en Floride.

Et par-dessus cela, mon père envoie des commentaires depuis cet été qu'il veut vendre le chalet. On le sait tous bien que mon père adore le chalet et que ce rêve a été son projet de retraite. Et on le sait tous que c'est elle qui ne s'y plaît pas.

Deuil de la famille parfaite

J'ai une rencontre avec ma psychothérapeute.

— J'ai toujours perçu mon père comme étant un homme autonome et capable de prendre en charge de grands projets. Et là, ce que je vois, c'est cette incapacité de vivre seul. En moins de neuf mois, il est parti rejoindre une autre femme aux États-Unis alors que nous étions du côté de sa famille pour le Jour de l'an, commençai-je visiblement encore en colère trois ans après la situation. Voilà que mon père s'implique plus dans la vie des petits-enfants de son amie que de ses propres petits-enfants… parce que c'est elle qui décide, et lui, il suit… parce qu'il a peur d'être seul. Cela me frustre… Elle est même sur le point de le convaincre de vendre notre chalet familial, ventilai-je d'un ton sec.

— Tu as longtemps idéalisé ton père. Aujourd'hui, tu vois ses faiblesses. Personne n'est parfait. Tout le monde a des défauts. Chacun vit son deuil à sa façon. Ton père est à la retraite et se trouve seul vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Tandis que toi, tu as ton réseau au travail, tes enfants et ton conjoint à la maison, me dit la psychothérapeute.

Elle prend une pause. Je reste silencieuse, contemplant cet aspect de la médaille.

Elle poursuit :

— Le concept de temps n'est pas pareil quand on vit seul et isolé. Il est possible qu'en huit mois, il ait déjà eu besoin de refaire sa vie avec quelqu'un d'autre. C'est son propre cheminement. Et toi, tu dois faire le tien aussi, indépendamment de ce que ton père fait. Une grande partie de tes fins de semaine étaient un peu dictées par le chalet. Si sa décision est de le vendre, il serait temps pour toi de penser à ce que toi tu veux faire avec ta petite famille comme vacances, suggère celle-ci.

Je sais que mon père est très sociable et qu'il a souffert de solitude.

— Tu dois faire le deuil non seulement de ta mère, mais de la famille parfaite

que vous avez été, conclut-elle d'une voix pacifique.

*

Je réalise que je suis en deuil de ma mère mais aussi de la famille parfaite et unie qu'on a été. La famille passait toujours en premier pour ma mère. Même si discrète, elle était l'élément rassembleur autour de plusieurs traditions. Maintenant qu'elle est partie, c'est comme si la famille n'a plus son pilier central, immuable et fort. Le noyau est mort avec la mort de ma mère et je sens que la famille s'écroule.

Et de plus, mon père a une autre compagne et je ne suis pas prête à laisser la place à une autre femme dans nos portraits de famille. Je trouve cela difficile de voir mon père vouloir remplacer ma mère.

Mon père ressent nos hésitations et déchirements et lance à l'improviste à ma sœur et moi :

— Votre mère a été la femme de ma vie. J'ai passé quarante ans de ma vie avec elle à lui être fidèle. Elle est la mère de mes enfants.

Personne ne pourra la remplacer.

Messages subtils

De retour au bureau, je discute avec une collègue du bureau voisin.

— J'ai fait un rêve le mois passé que tu avais eu des jumelles identiques, me dit-elle. Deux petites filles qui te ressemblaient comme deux gouttes d'eau.

Je la regarde consternée.

— Ce n'est pas une fausse couche que j'ai fait finalement, mais une grossesse molaire… causée par des jumeaux identiques.

*

Depuis que mon fils a vu mon bébé-ange Emmanuel(le), il me demande constamment :

— Maman, pourquoi j'ai pas une petite sœur ? Est-ce parce que je ne suis pas assez gentil ?

Il parle d'une petite sœur comme si c'était un cadeau qu'il doit mériter.

— Mais non, mon chou, ça n'a rien à voir avec être gentil ou pas, le rassurai-je constamment.

— Pourquoi ne voulez-vous pas avoir une petite sœur dans la maison ? continue-t-il.

— On veut mon chou, mais ça ne marche pas comme on veut, finissais-je par répondre tentant de garder mon calme et de cacher ma propre frustration.

Mon fils ne peut imaginer comment ces questions me touchent droit au cœur. Il ne comprend pas toutes les épreuves et douleurs que je vis afin que son rêve, notre rêve de famille, devienne réalité.

Couper court

Après le temps des Fêtes, je suis de retour au travail à temps plein. Cela me stresse énormément car je dois une fois par semaine conduire en ville pour ma session avec ma psychothérapeute, et je perds une heure de dîner pour aller faire ma prise de sang.

Je me sens débordée et aussi coupable car je passe moins de temps avec mon fils.

Je profite de mon avance de quelques minutes pour mon rendez-vous de counseling pour téléphoner à ma sœur.

— Je me sens mal d'être ici en début de soirée quand mon fils est à la maison. J'ai trop de choses. J'ai fait ma prise de sang hier midi. On dirait que c'est pas fini…

— Relaxe. Prends de grandes respirations, m'ordonne-t-elle. Tu parles hyper rapidement au point de haleter en prenant ton souffle.

Et elle a raison, je ressens beaucoup de pression.

À refaire, j'aurais dû ne pas retourner au travail aussi tôt. Pas du tout avant le temps des Fêtes et à temps partiel pour quelques mois. J'ai l'impression de ne pas avoir bouclé la boucle. Que cette grossesse molaire n'était pas finie avec ces prises de sang pour six mois. Et j'étais à mi-chemein de la thérapie que j'ai laissé tomber à cause de cette surcharge. Je n'ai pas voulu réduire le temps avec ma famille et mon fils et c'est la thérapie qui a été sacrifiée, laissant des plaies non guéries et qui m'ont rattrapée des années plus tard dans mon corps douloureux.

*

Quelques mois plus tard, je conduis pour me rendre au bureau en écoutant la radio. Le sujet est le niveau de la difficulté à concevoir un enfant et les problèmes d'infertilité. L'annonceur met sur les ondes une dame :

— C'est difficile à expliquer, mais c'est comme si je ressens toujours un manque, qu'il manque un bébé pour que ma famille soit complète.

Ce commentaire me frappe droit au cœur et des larmes se mettent à brouiller ma vue de la route. Mon cœur se met à se fendre, ma gorge se noue d'un motton que je ne peux ravaler. Le sanglot s'ensuit au point d'hoqueter. Je sèche mes larmes rapidement afin de voir le chemin.

Le vide que je ressens à l'intérieur me crie qu'il manque un membre à ma famille, que l'image est incomplète, comme un trou formé par un morceau de casse-tête manquant. Tout ce qu'on voit, c'est ce trou de la pièce manquante. Du coup, toute l'énergie du casse-tête est fichue.

Mais ainsi soit-il, je n'y peux rien, pensai-je amèrement, résignée.

Je sèche mes larmes et mets des gouttes anti-rougeurs afin de ne pas laisser voir que j'ai pleuré. J'applique un fond de teint compact. Je prends de grandes respirations avant d'ouvrir la porte de la voiture. J'entre au bureau faisant mine de rien.

Je ne prendrais pas ta place

Dans les derniers mois, en regardant ma sœur avec son bébé qui fait ses dents la nuit, qui allaite et dort peu… je lui dis :

— Je ne prendrais pas ta place.

Elle me regarde surprise et demande :

— Non ? Tu n'as plus envie d'avoir un bébé ?

— Non. Pas vraiment. Mon gars est maintenant propre : youpi, plus de couches ! Je peux enfin dormir !… On va pouvoir voyager plus vite, pour moins cher…

*

Ma sœur semble fatiguée avec un bébé et un bambin qui ne font pas leurs siestes aux mêmes heures. Ce sont aussi les crises et l'entraînement à la toilette.

Je la regarde et me dis que la vie savait peut-être plus que moi mes limites physiques. Je ne crois pas que j'aurais été capable d'avoir un deuxième bébé alors que mon premier était bambin et faisait ses crises de terrible trois, devait être entraîné à la toilette et refusait de faire ses siestes.

*

Je me rends compte que j'énumère toutes les raisons et les côtés positifs de ne pas avoir un autre enfant.

Je crois que le deuil est fait.

La surprise

La fin novembre arrive. Le temps est gris et les journées courtes. J'ai le *blues*

de l'hiver.

— Je n'ai plus envie d'avoir un enfant. On dirait que le temps est passé. Notre fils va bientôt commencer l'école. Je sens qu'on change de phase. Je ne me vois plus avec un bébé à recommencer des nuits blanches et les couches, confiai-je à mon conjoint.

— On pourra faire vivre plus d'expériences plus vite à notre petit garçon. Plus de voyages, d'activités et l'école qui commence déjà…, poursuivit-il dans le même sens.

— J'arrête de prendre mes vitamines Materna à la fin de cette bouteille. Il m'en reste une dizaine. Ensuite, tu peux commencer à regarder pour une vasectomie, lui dis-je.

Il acquiesce d'un signe de tête.

*

Dix jours plus tard environ, mes règles sont en retard. Je tente de ne pas y penser, en bloquant l'idée que je suis peut-être enceinte. Au cours de ces deux dernières années et demie, deux jours après la date prévue de mes règles… je faisais un test de grossesse. J'en ai au moins acheté six… six négatifs, six moments d'espoir, six déceptions. Le stress a fait en sorte que mes règles étaient moins régulières qu'à l'habitude.

J'attends donc quatre jours avant d'aller acheter un test de grossesse à la pharmacie.

Je me prépare mentalement à ne pas voir la petite ligne apparaître et à être déçue.

— J'ai finalement acheté mon test de grossesse. Je vais le faire, lui annonçai-je anxieuse à mon conjoint.

Je fais le test et voit une petite ligne rose apparaître, assez foncée pour ne pas semer le doute.

— C'est positif. Je suis enceinte, lui dis-je comme sonnée, sur un ton neutre et sans émotions. N'en parlons pas à personne. Ni à nos parents. Cela risque d'être encore une fois une fausse alerte.

— Et si je le perdais encore… j'ai peur, avouai-je en retenant mon souffle.

J'appelle ma sœur pour lui annoncer la nouvelle.

— J'ai finalement fait le test de grossesse. C'est positif. Je ne veux en parler à personne, lui dis-je nerveusement.

— Ah, je suis tellement contente, me dit-elle.

— Moi, je suis seulement comme surprise et stressée. Le mieux est de ne pas trop y penser avant que les trois premiers mois soient passés. Je ne peux encore être déçue et blessée, lui dis-je.

— Pense pas comme ça. Le stress n'est pas bon et ne peut que nuire. Il faut être positive, me répond ma sœur.

Le déni de la grossesse attendue

Je refoule l'idée que je suis enceinte, qu'une vie est en moi. Je ne veux pas y penser au cas où je commencerais à rêver, espérer, attendre, imaginer…

Je veux tout de même être responsable, je ne prends aucun alcool et prends un rendez-vous chez le médecin pour valider le test de grossesse et la date de naissance prévue.

*

Je rencontre mon médecin de famille.

— Tu es enceinte, me confirme celle-ci. Félicitations.

— Oui, mais ça ne veut rien dire… Les trois premiers mois sont les plus à risque. Je serai plus contente dans huit autres semaines, lui dis-je d'un ton neutre et prudent.

— Il faut penser positif. Au lieu de te faire attendre pour passer une échographie à douze semaines, je vais en mettre une supplémentaire à huit semaines. Comme ça, on pourra savoir plus tôt comment le développement se déroule, me dit mon médecin pour me rassurer.

— Ok.

Cette fois-ci, je n'écris pas la date de naissance prévue dans mon calendrier. J'écris seulement la date de l'échographie de huit semaines.

Grossesse synonyme de danger

Les nausées matinales me rappellent que je suis enceinte. Mais après avoir mangé au petit déjeuner, ce malaise disparaît. Je passe ensuite le reste de la journée à réussir à être complètement déconnecté de mon corps, niant la vie en

moi, ne me donnant pas droit au bonheur. Je dois me protéger du deuil et de la souffrance que l'espoir apporte. Pour moi, grossesse est synonyme de danger, autant physiquement qu'émotivement. Je ne pense pas au sexe du bébé… ni aux noms possibles. Je ne fais aucun achat pour le bébé. Je n'achète pas de linge de maternité. Je ne parle pas au bébé. Je vis avec la peur constante de commencer à l'aimer et à le perdre, et à finalement devenir folle. Je bloque le lien émotif, ne pouvant survivre à cette autre perte.

Je refoule aussi l'anxiété de le perdre et de revoir le sang dans les toilettes, mais les *flashback*s du sang surviennent durant toute cette grossesse. Je tente d'aller vite faire mes besoins afin d'éviter ces images traumatisantes. C'est à partir de ce temps que j'ai commencé à avoir des problèmes de constipation. Je n'arrive pas à me relaxer et à rester assise sur la toilette assez longtemps pour les selles.

*

Je discute avec ma sœur.

— Si je suis enceinte…

— Mais, tu l'es enceinte, me répond-elle.

— Non, je ne le suis pas tant que je ne verrai pas son cœur battre sur l'échographie… insistai-je. Il y a tellement de fausses couches dans le premier trimestre…

Huit semaines.

Le huit semaines fatidiques arrivent. Je revois en flash ma fausse couche et ma grossesse molaire. Je me sens nerveuse et pleine d'appréhension en conduisant seule à mon échographie. Il est inutile que mon conjoint manque une journée de travail pour rien. Je prends de grandes respirations. Je me prépare à l'éventualité de ne pas voir le cœur d'un bébé battre. Je m'étends nerveusement. La dame applique de la vaseline sur mon ventre et pèse avec le bâton pour capter l'image de mon utérus. Je retiens mon souffle et m'attends à ne rien voir apparaître à l'écran.

Et soudain, je vois ce petit être… et peut percevoir le battement de cœur à travers le fœtus.

Mes yeux s'emplissent de larmes, émue ; je suis comme ébahie.

Mon bébé, tu es là, mon bébé, murmurai-je à moi-même comme surprise de sa présence. Cette fois-ci pourrait être la bonne, le petit morceau de moi-même qui me manque depuis plus de deux ans.

J'appelle mon conjoint qui est à son bureau et qui attend des nouvelles.

— Il y a un bébé. J'ai vu son cœur battre, dis-je avec de l'excitation dans la voix pour la première fois.

— Il y a vraiment quelque chose là ? dit-il en partageant mon excitation. Est-ce que je peux appeler mes parents et ma sœur pour leur annoncer que tu es enceinte ?

— Noël est dans quelques jours. Nous leur dirons en personne, lui répondis-je.

*

J'appelle ma sœur en soirée.

— Le cœur bat. J'ai été émue jusqu'aux larmes, lui racontai-je.

J'entends le soupir de soulagement de ma sœur vibrer dans le combiné.

— Tu vas avoir un bébé. Je suis tellement contente, dit-elle d'un ton enjoué.

— Je ne suis pas encore convaincue. Ça semble bien parti… lui avouai-je. Mais attendons l'échographie de douze semaines, continuai-je refoulant mon excitation.

Interdiction à l'excitation

C'est Noël et je suis chez mes beaux-parents.

Il est tôt le matin et je bois un café.

On déballe les cadeaux. Mes beaux-parents nous ont acheté un forfait spa pour couple.

Je regarde mon conjoint et dis :

— Il va falloir l'utiliser l'année prochaine. Je suis enceinte mais je ne voulais le dire à personne, annonçai-je.

Ma belle-mère et ma belle-sœur sont fébriles.

— Ahh yeeaaah quelle bonne nouvelle ! disent-elles excitées.

Je les arrête sec.

— Non. Il ne faut pas s'exciter maintenant. Avec tout ce qui est arrivé… c'est

trop tôt pour cela, leur dis-je d'un ton neutre.

Elles retiennent à peine leur excitation en répétant la nouvelle à mon beau-père. Je change de sujet rapidement.

— Personne ne peut rester insensible à ce que tu as vécu dans les dernières années, me dit ma belle-sœur, compréhensive.

— Ça va bien aller, tente de me rassurer ma belle-mère, sentant que derrière cette réaction se cache de la peur.

*

Cette fois-ci, je partage la nouvelle à mon père juste avant les rencontres du temps des Fêtes. Il va sûrement tout de suite remarquer que je ne prends pas de vin aux repas.

— Je suis enceinte. Tu peux le mentionner à mes deux frères, mais je ne veux pas que tu fasses une annonce à la parenté avant le deuxième trimestre. C'est encore trop tôt. Il ne faut pas s'emballer trop vite. Si les choses tournent mal comme les deux dernières fois, lui dis-je anxieuse.

Il me donne une caresse en signe de soutien.

Je n'en parle pas encore au bureau, ni à mes amies proches.

La petite graine est semée

Une partie de moi est fébrile d'attendre un bébé. Et plus les semaines avancent, plus il est difficile pour moi de mentir à mon fils. Il est temps de lui faire l'annonce que j'ai un bébé dans le ventre. La prochaine fois qu'il posera la question sera le moment d'avoir une discussion avec lui. Je songe à une façon de lui expliquer la grossesse. Mon fils connaît les plantes et aime m'aider et aider sa Mamie dans le jardin. Il comprend bien que toutes les graines ne finissent pas par pousser et faire une plante comme on le veut.

— Maman, pourquoi j'ai pas une petite sœur ? Est-ce parce que je ne suis pas assez gentil ? me demande encore mon fils.

Je me penche pour me mettre à son niveau et prends la parole.

— Maman a un bébé qui commence à pousser dans son ventre. Au début, c'est comme une petite graine qu'on plante. Parfois la petite graine pousse, parfois non. Si elle réussit à pousser, le ventre de Maman va devenir gros…

Il me regarde avec une lueur d'excitation dans les yeux.

— Et si la petite graine est bonne et devient un bébé, ce n'est pas nous qui choisissons si c'est une petite sœur ou un petit frère… c'est une surprise, lui expliquai-je.

— Moi, je veux une petite sœur, me répète-t-il les yeux remplis d'espoir.

Il va peut-être y avoir un bébé dans la famille.

Blocage

Je revois mon médecin qui regarde l'échographie.

— Tout va bien, dit-elle.

— Mais, il y a toujours des chances de fausse couche au premier trimestre, lui dis-je encore sceptique.

— On verrait déjà que le développement n'est pas normal. Tout va bien, me rassure-t-elle.

Mais je n'annonce pas la grossesse à plus de personnes et garde en tête que tout n'est pas gagné d'avance. Il y a toujours des complications possibles à différents stades de la grossesse.

*

Mon échographie de douze semaines arrive. Je suis toujours anxieuse de ne pas voir le battement de cœur de mon bébé.

Je vois soudainement ce petit bébé bondir comme une balle de ping-pong. Il est très actif ! Tout est normal. Je soupire de soulagement mais cette image demeure irréelle. C'est comme si je regardais un écran d'ordinateur et que celui-ci n'était pas connecté à mon utérus. Je ne sens pas encore le bébé bouger… et j'oublie parfois complètement qu'il est là.

*

Les semaines défilent et il est de plus en plus difficile de nier la présence du bébé. Je n'ai pas le choix d'annoncer la nouvelle au bureau et à mes amies car mon ventre arrondi me trahit. J'en parle avec précaution, avec un bémol, ne pouvant camoufler mon anxiété et mon incertitude face à la venue au monde de ce petit être.

— J'ai entendu des histoires de femmes qui ont perdu leur bébé au 5e, 6e,

7e mois…

— Tant que je ne l'aurais pas dans mes bras, je ne peux pas y croire…

J'ai complètement perdu confiance en mon corps, en son habileté de porter et mener à terme un bébé.

*

Je suis maintenant enceinte de cinq mois. Je sens le bébé bouger constamment, me rappelant sa présence. Je commence parfois à lui parler un peu, l'espace d'un instant… *Bonjour toi…*

Je commence aussi à flatter mon ventre… Et puis, je tente de me contenir.

La petite sœur attendue

À l'échographie de cinq mois, il est temps de savoir le sexe du bébé.

Je suis accompagnée de mon conjoint et de mon fils.

La technicienne demande à mon fils :

— Tu veux une petite sœur ou un petit frère ?

— Une petite sœur, répondit-il d'un ton affirmatif et sûr de lui.

— Quatre-vingt-quinze pour cent du temps, l'enfant ressent le sexe du bébé et il a ce qu'il désire, dit la technicienne en plaçant l'appareil sur mon ventre.

— On va voir à l'intérieur du ventre de maman, explique mon conjoint en pointant l'écran de l'ordinateur.

— C'est tout bizarre, dit-il intrigué.

— C'est cette petite chose qui bouge… ça ne ressemble pas trop à un bébé ! lui dis-je.

— C'est une fille, confirme la technicienne en souriant à mon fils.

— C'est une petite sœur, lui répète mon conjoint.

Mon fils a le sourire fendu jusqu'aux oreilles. Yeeeaaah ! lance-t-il tout excité.

*

C'est la fête des mères, et ma sœur et moi décidons d'aller passer une fin de semaine de magasinage près de Syracuse.

C'est la première fois que je commence à regarder pour acheter des articles de bébé et je ne peux résister aux petits ensembles de fillette. Mais encore, je ne

peux m'imaginer tenir ce petit bébé dans mes bras et l'habiller de ces tenues coquettes.

*

La perception de mon bébé devient de plus en plus claire et réaliste. Je commence à considérer des prénoms de fille. Les discussions commencent : *aimes-tu ceci, aimes-tu cela ?* Je regarde des livres de prénoms, parcourt les sites internet.

Je prends des cours de yoga pour femme enceinte. À la maison, mon fils se met à quatre pattes à côté de moi et on fait ensemble la pose du chat, de la vache, du petit chien et du bébé joyeux. Le soir, je lis un livre à mon fils et il touche mon ventre et ressent le bébé bouger. On l'appelle pirouette cacahuète tellement elle gigote. On lui chante aussi des berceuses ensemble. Ce sont les plus beaux moments de ma grossesse.

*

Je lis une histoire à mon fils pour le préparer à l'arrivée de sa petite sœur.

— Maman est fatiguée, le bébé pleure souvent et se réveille la nuit…

— J'ai changé d'idée. Je veux plus de petite sœur, conclut mon fils pour donner suite à l'histoire.

— Mais on ne peut pas changer d'idée comme cela… ta petite sœur est dans mon ventre et elle va arriver dans la famille. Tu vas voir, tout va bien aller, lui dis-je.

Tant que tu ne seras pas dans mes bras

Je parle avec ma sœur.

— Quand tu auras le bébé, ce sera à la fin de l'été et on pourra…

— Si j'ai un bébé, la corrigeai-je en l'interrompant.

Je ne veux pas faire de plan au risque d'être déçue.

— Mais tu vas avoir un bébé, tente-t-elle de me dire.

— Je ne le croirai pas avant de l'avoir dans mes bras.

J'ai déjà entendu des complications au dernier trimestre et même des histoires d'horreur d'enfant mort-né.

Symptômes

J'ai beaucoup de brûlements d'estomac et le bébé tarde à descendre dans le dernier mois. On dirait qu'elle a tenté de faire une pirouette et qu'elle est restée prise à la diagonale, incapable de se repositionner.

J'ai aussi beaucoup de crampes dans les mollets qui sont extrêmement douloureuses et surviennent souvent pendant mon sommeil. Je me réveille en me plaignant. Mon conjoint se réveille et pèse sur mon mollet tout dur.

*

C'est mon dernier rendez-vous avec mon médecin de famille avant l'accouchement.

— Tu as été testée positive pour le streptocoque B. C'est un genre de bactérie qui peut se transmettre au bébé pendant qu'il passe dans la voie vaginale lors de l'accouchement. Cela peut affecter sa vue. Tu auras besoin d'environ quatre à cinq heures d'antibiotiques.

— La dernière fois pour mon fils, j'ai passé à peine trois heures à l'hôpital avant de commencer à pousser… lui dis-je inquiète.

— Le bébé ne s'est pas bien retourné pour descendre. Tu n'es pratiquement pas dilatée. Le travail risque d'être plus long, me dit-elle.

Bon, une autre affaire pour m'inquiéter, me dis-je en quittant son bureau.

Trop tôt !

Il ne me reste que quatre semaines de grossesse et je commence tout juste mon congé estival. J'ai eu quelques crampes pendant la semaine. Ce sont peut-être ce que les autres appellent des *Braxton*, fausses contractions. Je n'en ai pas eu du tout pour mon premier accouchement. Et si le bébé arrivait plus tôt…

— Tu devrais commencer à monter le berceau et la bassinette pour le bébé. J'ai le pressentiment qu'elle va arriver plus tôt, dis-je à mon conjoint.

— J'ai pris deux semaines avant la date, je ferai cela à ce moment-là, me répétait-il à chaque fois que j'abordais le sujet.

*

Il va falloir faire vite pour garder la promesse que j'ai faite à mon fils d'aller une journée au parc d'eau Calypso. La température n'a pas été de notre côté jusqu'à maintenant. Il fait près de quarante degrés Celsius en ce vendredi. J'ai un énorme ventre rond dans un vieux maillot une pièce qui appartenait à ma mère

et qui me fait me sentir comme une grosse baleine. Je fais réellement un effort pour mon fils car je fais de la rétention d'eau et j'ai mal aux jambes. Je me promène cinq heures dans la *Lazy River* et le parc d'eau pour enfants. Nous passons une bonne journée avec un pique-nique et une collation de crème glacée surprise à la fin de l'après-midi.

*

Le lendemain, c'est le mariage en blanc d'une tante qui a un super grand terrain et jardins fleuris en campagne. La canicule continue mais c'est toujours mieux que de la pluie. Le mariage se fait sous un gazébo octogonal et le tout est magnifique.

La cérémonie se passe sous une grande tente blanche, style chapiteau, au fond de la cour. Ma sœur et moi sommes en charge des activités pour les enfants. On a organisé une chasse aux trésors. Il y a des bulles qui flottent partout, ajoutant à la magie de la journée. Je suis accroupie, pratiquement à quatre pattes pour mettre des jouets d'eau dans un grand bac. Les enfants s'amusent et se rafraîchissent.

Le seul hic est que la salle de bain est à l'intérieur avec cinq minutes de marche pour l'aller et le retour. Et comme mon bébé pèse sur ma vessie et que je bois beaucoup d'eau avec cette chaleur extrême, je crois avoir fait au moins dix fois ce trajet.

*

Le soir même, après avoir couché mon fils, je m'étends dans un bain tempéré. Je commence à ressentir des petites crampes semblables à des crampes menstruelles. Ce doit être de fausses contractions à nouveau. Mais celles-ci deviennent tout de même assez rapidement constantes.

Je téléphone à ma sœur vers 10 h ce soir-là.

— Je ne sais pas si ce sont des fausses ou vraies contractions, lui expliquai-je.

— Peu importe. Je m'en viens chez toi quand même, me dit ma sœur.

Quelques minutes plus tard, pendant que je me brosse les dents, j'ai une énorme contraction qui me fait me mettre à genou dans la salle de bain.

— Amène-moi à l'hôpital. Là, je suis certaine que c'est une contraction, annonçai-je à mon conjoint.

— Attendons que les contractions soient aux cinq minutes, me dit mon

conjoint toujours calme avec la voix de la raison.

— Appelle quand même tes parents maintenant pour qu'ils viennent garder le petit, lui dis-je.

Mon conjoint leur téléphone. On compte le temps entre les contractions : cinq, six, sept minutes.

Il va chercher mon sac d'hôpital.

— Je t'ai dit qu'elle arriverait plus vite. Ça fait deux semaines que je te demande de monter le parc, la balançoire et le petit siège vibrant, ajoutai-je d'un ton accusateur.

— Je suis censée travailler une autre semaine. Je n'ai rien préparé au bureau. Il va falloir que j'y retourne au moins une journée pour mettre les dossiers à jour avant de les transférer.

Ses parents arrivent finalement pour garder notre fils et on quitte aussitôt. Ma sœur arrive chez moi quelques minutes plus tard pour se faire annoncer qu'on est déjà en route pour l'hôpital…

Au triage à l'hôpital, mon conjoint s'attend à ce qu'on nous demande de retourner à la maison. Mais non. L'infirmière confirme que le travail est commencé et qu'elle procède à l'admission.

— J'ai la bactérie qui peut affecter le bébé. Mon médecin de famille m'a dit qu'il faudrait me mettre sous antibiotiques pour quelques heures afin d'éviter que l'infection affecte les yeux du bébé, dis-je à l'infirmière qui mettait l'intraveineuse sur le dessus de ma main.

Elle confirme qu'elle ajoute l'antibiotique en faisant la manœuvre.

— Tu es à trois centimètres et tes contractions sont rapprochées, m'informe la médecin après avoir vérifié le niveau de dilatation.

Je souffre à chaque contraction et tente de contrôler mon cri étouffé, encore au stade pudique, mais consciente.

— Vous voulez avoir une épéridurale ? Cela ralentit le travail mais ce serait préférable pour que vous puissiez absorber le plus d'antibiotiques possible. On peut commencer à demander la procédure sous peu.

— Oui, lui dis-je après avoir respiré le temps d'une autre contraction.

La médecin vient pour un examen avant d'approuver l'épidurale.

— Hummm, le bébé n'est pas complètement retourné. Elle a la tête qui regarde vers le haut, à la diagonale et n'est pas introduite dans le passage. Si tu n'avais pas déjà accouché naturellement et que le passage n'était pas déjà fait pour le deuxième, il aurait fallu opter pour une césarienne.

Je la regarde bouche bée.

Ah non ! Pas ça, pensai-je en regardant ma sœur qui a vécu deux césariennes et qui se tient un peu à l'écart mais qui a entendu.

Quelque temps plus tard, on me présente le consentement pour la procédure entourant les risques. J'ai tellement mal que je n'hésite pas une seconde. Mon conjoint aide à m'immobiliser pour s'assurer que je ne sursaute pas lorsque la longue aiguille pénètre entre deux vertèbres au bas du dos. En quelques minutes, je ne ressens pratiquement rien. Je peux dire que j'ai une contraction par une petite crampe. Je jase sans arrêt…

Puisque le bébé n'est pas bien tourné, l'infirmière me suggère des genres de poses bizarres s'apparentant au yoga afin d'aider le bébé à mieux se positionner et lui permettre de descendre dans le passage. J'ai l'air absurde, à quatre pattes sur le lit d'hôpital avec une jambe dans les airs. Je crois que je vais nommer cette nouvelle position de yoga, le chien qui urine !

Les heures passent et l'antibiotique est terminé. Cependant, mon travail est pratiquement arrêté.

La médecin vérifie :

— Ton col est cent pour cent dilaté mais pas effacé car le bébé n'est pas engagé dans le passage. Il va falloir t'induire maintenant, pour recommencer le travail, me dit-elle en donnant ses instructions à l'infirmière.

Celle-ci injecte donc un autre liquide dans l'intraveineuse.

— Est-ce que ça te dérange si je regarde la naissance ? Je serai à l'écart dans le coin de la chambre, me demande ma sœur.

— C'est correct, lui répondis-je.

Une heure plus tard, c'est le temps de pousser… à ce moment-là, il n'y a plus de pudeur… ils doivent en avoir vu tellement d'autres…

Je pousse pour quarante-cinq minutes. La médecin place sa main afin

d'attraper le bébé à la dernière poussée.

Aussitôt, un petit cri suivi d'un pleur retentit. Je suis immédiatement soulagée qu'elle soit enfin de ce monde.

— Bravo, votre petite fille est née. J'ai vu son visage qui m'a fait coucou car elle était encore vers le haut, dit la médecin en la plaçant sur ma poitrine encore toute gluante du liquide amniotique.

Je souris. J'ai finalement eu ce premier moment que j'attendais depuis si longtemps… et que je n'avais pas vécu avec mon fils qui était parti aux urgences en catastrophe. Je ferme les yeux pour effacer cette image. Je les rouvre ensuite pour bien profiter de ce moment précieux avec ma fille.

L'effet de l'anesthésie s'estompe. J'ai beaucoup de douleurs. On m'apporte des médicaments anti-douleurs que je prends aussitôt. Je vais aux toilettes m'asseoir sur un bol qui mesure le niveau d'écoulement du sang afin de monitorer une hémorragie possible. Alors que je me lève des toilettes, j'entends la voix de mes beaux-parents qui nous amènent notre fils voir sa petite sœur.

Lorsque je pousse la porte, je vois mon fils assis, avec sa petite sœur dans les bras. Il la tient avec l'aide d'un oreiller et la regarde les yeux pétillants et le sourire aux lèvres.

Ma sœur s'approche de moi et me dit :

— Tu as manqué un si beau moment. Ton garçon est entré d'un pas rapide, excité et fier.

— Ça fait si longtemps qu'il attend ce moment, ajoutai-je.

Autre jaunisse !

Cette fois-ci, je me sens en confiance et pas stressée d'allaiter. Pourtant, la préhension se fait difficilement et l'allaitement ne se fait pas naturellement malgré mon expérience avec mon fils.

— Tu as allaité ton fils longtemps. Mais, ça peut être quand même difficile car le bébé aussi doit apprendre à prendre le sein dans la bonne position pour la tétée. Et vous devez tous les deux vous ajuster ensemble, m'explique l'infirmière en m'aidant à faciliter la préhension pour ma fille.

Du fait qu'elle n'arrive pas à téter la rend plus faible, ce qui rend le boire plus difficile. Je me réveille aux quarante-cinq minutes pour tenter de la faire boire et

nous sommes toutes les deux fatiguées et frustrées.

— On va devoir supplémenter à la formule, sinon, elle risque de développer de la jaunisse, dit l'infirmière.

Oh non, pas encore, me dis-je intérieurement, me sentant en position de défaite. Je me retourne et dit à mon conjoint.

— Vas-y avec le tube. Il faut que je dorme.

Il tente de mettre le petit tube de lait sur son doigt et de placer le doigt dans la bouche de notre fille. Elle tète un peu mais pleurniche d'épuisement.

L'inévitable finit par se produire.

— Son taux de jaunisse est trop élevé. Nous devons faire le traitement de luminothérapie.

On apporte le petit incubateur dans la chambre.

Avant de l'installer, on lui fait prendre un bain dans le lavabo de la chambre.

— Vous devrez rester au moins deux jours. Nous ferons ensuite la prise de sang pour s'assurer que son taux est bien avant de donner votre congé.

*

Avec ma fille, il y a eu moins de visites. Encore une naissance pendant une longue fin de semaine. La famille proche a décidé d'attendre qu'on sorte de l'hôpital pour venir.

Nous avons notre congé tel que prévu, mais je dois amener ma fille pour les prises de sang afin de monitorer la jaunisse. Je soupire et me sens découragée d'avoir à revivre ce *déjà vu* pénible. J'ai un *flashback* des piqûres au pied de mon fils aux urgences. Son petit pied qui se recroqueville et son cri strident juste en voyant l'aiguille s'approcher.

La médecin de famille me demande deux prises de sang par semaine… J'y suis allée aux cinq jours. Je n'ai pas de rendez-vous, mais j'attends mon tour à la clinique d'infirmières au centre communautaire.

À mon rendez-vous avec le médecin de famille de ma fille, je la regarde faire un survol des résultats.

— Tu as fait les prises de sang seulement aux cinq jours, remarque-t-elle.

Je ressens une critique avec le ton sérieux de la voix. Je ravale un motton dans

ma gorge et me sens devenir nerveuse.

— Le temps d'attente est long… et cela dérange la routine de son dodo, bredouillai-je.

Et du mien, pensai-je en moi-même.

— Je veux avoir des résultats aux trois jours. Sinon, je ne peux pas faire un suivi adéquat pour monitorer le niveau de jaunisse dans le sang, me dit-elle. Tu peux aller à la clinique d'urgence, le temps d'attente est souvent moins long.

*

Trois jours plus tard, je me rends à la clinique d'urgence.

Ils font plusieurs tentatives de piqûre sur son pied. Ma fille hurle. Je me sens crispée comme si cela allait atténuer sa douleur.

— On ne réussit pas. Elle est trop petite. Vous pouvez tenter l'autre clinique d'urgence si vous voulez, me disent-ils finalement.

Je me rends à l'autre clinique, prends un numéro et refait le même processus.

Ils tentent plusieurs fois de piquer son pied, sans succès.

Je suis au bord des larmes quand je contacte mon conjoint.

— La médecin de famille m'a donné l'impression que je négligeais mon enfant… Je me dirige vers l'hôpital des enfants pour tenter une troisième fois d'avoir cette maudite prise de sang, lui dis-je d'un ton colérique, à bout de nerfs.

*

Cinq heures d'attente à l'hôpital des enfants… j'aurais mieux fait d'aller attendre mon heure comme les autres fois au centre de la petite enfance… Mais nous sommes samedi et si j'attends lundi, cela fera cinq jours. Je pleure en attendant seule dans la salle d'attente. Je suis épuisée, j'ai faim et je veux juste en finir avec cette maudite prise de sang.

On nous dirige vers une petite chambre.

— Ton médecin t'a demandé de venir aux urgences pour une prise de sang ?! demande l'infirmière clairement irritée. Une prise de sang n'est pas une urgence.

— Les deux cliniques d'urgence ont toutes tenté à plusieurs reprises… et j'ai eu un avertissement de mon médecin de famille qu'IL FALLAIT AVOIR les résultats aux trois jours…

— Bon, d'accord, soupire celle-ci visiblement exaspérée par la raison de ma visite.

Elle essaie et manque son coup. Une autre infirmière chevronnée vient tenter de faire la prise de sang.

— Le bébé est petit, mais ça ne devrait pas poser autant de problèmes, dit-elle exaspérée.

Elle réussit après quelques tentatives.

À chaque tentative, mon bébé hurle de douleur. Je n'en peux plus de la voir souffrir, mon cœur se brise à chaque fois. Et cela fait plus d'une quinzaine de fois en dix heures, que son pied se fait pénétrer par une seringue.

J'allaite la petite, assise sur une chaise.

Une infirmière vient me voir une autre heure plus tard.

— Je suis désolée, mais il manquait un peu de sang dans l'échantillon et on n'a pas pu faire le test, m'annonce-t-elle.

Je me mets à pleurer. Je m'attendais à pouvoir partir et voilà que tout est à recommencer.

— C'est difficile, je comprends. On ne prend parfois pas le temps de reconnaître que cela est difficile pour la maman quand on a le focus sur le bébé, dit-elle doucement. Tu veux boire quelque chose ? continua-t-elle.

Je hoche la tête de gauche à droite même si j'ai soif et faim.

— Peut-être que je peux retenter une dernière fois pendant que tu allaites. Elle a l'air calme présentement. Et elle pourra téter pour se réconforter.

Elle sort l'aiguille. Ma petite sursaute et grimace. Elle suce fort au point de faire mal à mon mamelon mais cela ne me dérange pas. On partage notre douleur ensemble, connectées l'une à l'autre et je me sens moins impuissante car je l'aide.

— Je crois que je l'ai. Enfin ! dit-elle avec compassion en me regardant pleurer.

Une heure plus tard, on me confirme que le résultat du test sera envoyé au médecin de famille.

Je reconduis à la maison en pilote automatique avant de me jeter sur mon lit. Je tombe endormie en quelques secondes. Mais pas pour plus d'une demi-heure…

car le boire est à recommencer.

*

En début de semaine, je me rends au rendez-vous avec la médecin de famille.

Elle semble un peu mal à l'aise.

— J'ai lu que tu es allée à l'hôpital des enfants pour la prise de sang après les deux cliniques d'urgence. Dans ce cas, ça aurait pu attendre à lundi !

— Ce n'est pas l'impression que j'ai eue quand tu m'as dit que c'était essentiel de bien suivre les instructions, répondis-je vivement.

Elle ne répond pas.

À la fin du rendez-vous, ma fille a une autre prise de sang avant de quitter.

La routine et l'école

Mon fils commence l'école trois semaines après la naissance de sa sœur.

C'est sa première journée d'école. Je prépare mon fils même si, habituellement, je me recouche avec ma fille vers cette heure. Je ne veux pas manquer cette étape mémorable avec lui.

Au pied de la porte, je prends une photo de mon fils avec son sac d'école sur le dos. Il a un merveilleux sourire. Il est tout fier. Cela fait longtemps qu'il a hâte d'aller à l'école.

On prend une autre photo devant l'autobus qu'il escalade fièrement. Je continue de marcher pour le rejoindre à la descente de l'autobus avec ma fille endormie dans la poussette. J'aperçois mon fils descendre de son trajet de cinq minutes d'autobus. On attend tous les trois de pouvoir entrer visiter sa classe. Ma petite est la vedette alors que plusieurs se penchent vers elle pour l'admirer. Je dis au revoir à mon fils avant de quitter. Il ne pleure pas et semble à son aise. C'est moi qui ai le motton quand je remarche vers la maison.

*

Ma routine avec les deux enfants s'installe rapidement. Mon bébé ne fait pas ses nuits. Elle se réveille vers minuit, puis une deuxième fois vers 4 h du matin. Je prépare mon fils pour l'école et on marche pour prendre l'autobus. Le fait qu'il soit à l'école me donne la chance de me recoucher avant midi pendant le repos de ma fille. Ensuite, je passe du temps seule avec elle quelques heures en après-midi.

Parfois, on va une ou deux heures au centre d'achat avant d'aller récupérer mon fils après l'école. J'en ai profité pour faire des photos professionnelles. Puis, une autre fois, nous sommes allées chez une dame pour faire faire un cadre avec l'empreinte 3D de ses mains et ses pieds.

Pendule de la vie et de la mort

Deux jours après ces petites empreintes, je suis au centre d'achat avec ma sœur. Je suis très fatiguée car j'allaite constamment, ayant seulement quarante-cinq minutes entre les boires. La salle d'allaitement étant pleine, je décide d'allaiter assise sur un banc. Je me cache complètement sous une couverture et un tablier d'allaitement. Je remarque les regards mal à l'aise et désapprobateurs de plusieurs passants.

Je suggère à ma sœur d'aller manger à mon restaurant indien préféré au lieu de rester à l'aire de restauration rapide du centre d'achat. Le repas est délicieux. J'allaite une dernière fois assise sur la banquette.

Je suis vraiment fatiguée et j'ai hâte d'aller coucher ma fille et de faire une sieste.

Le temps s'assombrit et une pluie forte commence à tomber…

Je regarde vers la gauche. Les voitures sont arrêtées à un feu rouge. Je regarde à droite. Il n'y a personne. J'enlève le pied des freins, ce qui la fait avancer doucement, en retournant ma tête vers la gauche… la lumière a tourné vert et les voitures accélèrent. Oups… Je regarde dans le rétroviseur et des voitures derrière moi ont aussi avancé. Je ne peux pas faire marche arrière. La voiture dans la première des deux voies s'arrête et me fait signe de passer… la deuxième voie est libre, je m'élance pour traverser les deux voies. Je vois un flash blanc… au ralenti. Je me sens projetée et je tourne sur moi-même. *Je suis en train d'avoir un accident !* me dis-je pendant que je sens mon automobile prendre de la vitesse dans un tourbillon. Et pow ! Les deux coussins gonflables sortent. Il y a de la fumée partout. J'ai peur que l'auto explose. Je crie à ma sœur : *Sortons d'ici avant que ça explose.* Je tente de tirer sur la porte. Je la force pour l'ouvrir et la fenêtre éclate en mille morceaux. Je crois que l'alarme d'urgence de l'auto est activée. Ou ce sont les sirènes des pompiers qui arrivent ? Au travers de la pluie, je vois un homme sous une tente de vente de légumes et fruits prendre un cellulaire pour appeler le 911.

Je n'entends pas le bébé. Est-elle morte ? A-t-elle le cou cassé ? J'ouvre la porte et je détache et prends rapidement le petit siège-auto. Il pleut averse et on est toutes détrempées. Ma sœur s'approche de moi et on se penche toutes les deux devant la petite. Ses yeux sont fermés. Pas un son, pas un bruit. Soudainement, elle ouvre les yeux et pleure. On se met à courir sous la pluie forte et nous nous mettons à l'abri sous la tente de fruits et légumes. Je tremble, une grande secousse traverse mon corps. Un pompier arrive sous la tente et crie :

— L'auto est vide. Les passagers sont ici ?

— Moi, dis-je d'une voix tremblante, qui suivait mon corps tremblant de façon incontrôlable. Mes mains s'agitent.

— Portes-tu un bijou ?

Je lui tends ma main gauche qui a une bague à l'annulaire.

Mon doigt enfle à vue d'œil.

— Je dois la forcer, dit-il en sortant une grosse pince. Il réussit à extraire la bague.

Un homme passant crie d'une voix accusatrice en panique.

— Laisser un si petit bébé, là, seule, par terre, pleurer, trempée de froid.

Je l'enlève du petit siège et la prends dans mes bras toujours tremblants.

— T'as vu l'auto, me dit ma sœur en regardant vers la scène où l'on voit deux pompiers qui arrêtent la circulation. C'est certainement une perte totale, termine-t-elle.

On voit un service de remorquage et deux ambulances arriver sur la scène.

Le pompier avertit.

— Vous devez détruire ce siège, il n'est plus sécuritaire. Avez-vous quelqu'un à appeler pour venir vous chercher ?

Je donne le numéro de mon conjoint et prends un téléphone sans trop savoir qui me le tend dans tout ce brouhaha.

— Je viens d'avoir un accident. C'est une perte totale, c'est sûr, lui dis-je.

Il entend ces paroles au ralenti, en état de choc, et il demande :

— La petite est correcte ?

— Oui.

— T'es où ? me demande-t-il d'une voix alarmée.

— Sur St-Joseph, à la tente de fruits et légumes, précisai-je.

— J'arrive.

Je regarde mon auto en débris et le trafic en embouteillage qui doit faire un détour. Je vois un policier se diriger vers des témoins. Il marque la scène au moyen de banderoles jaunes.

Ma sœur me fait signe et dit :

— Ton conjoint arrive. Il a fait vite.

Nous déployons nos bras pour signaler notre présence dans ce brouhaha. Il est arrêté par un policier qui le laisse ensuite passer.

Mon conjoint arrive et prend la petite dans ses bras en la collant sur son torse.

— Tu es correcte, toi, dit-il tendrement, visiblement secoué par le danger qu'elle a encouru.

Il me donne une caresse.

Un ambulancier s'avance vers nous et nous fait monter à bord.

— Vous aurez moins froid ici, dit l'ambulancier.

Il vérifie nos pupilles et réflexes.

— Ma petite est correcte ? lui demandai-je anxieuse.

Il pose une série de questions :

— Avez-vous perdu connaissance ? demande sa collègue.

— Non. Mais la petite ne pleurait pas et avait les yeux fermés pendant quelques secondes, précisai-je.

— Avez-vous frappé votre tête ?

— Non.

— Avez-vous des étourdissements ?

— Non.

— Voyez-vous embrouillé ?

— Non.

— Avez-vous des nausées ?

— Non.

— On est correctes ? demandons-nous, ma sœur et moi, en chœur, voulant être rassurées.

— Vous semblez être correctes. Il est normal que vous ayez des ecchymoses et des maux de tête dans les prochains jours, disent-ils.

Un policier entre avec nous dans l'ambulance et s'assoit à côté de moi. Il tourne son torse pour me regarder de face et dit :

— Selon tous les témoignages, cela est clair. Tu seras chargée d'avoir causé l'accident, dit-il d'un ton ferme.

Je le regarde, surprise.

— Tu as avancé un peu trop près et tu n'as pas pu faire route arrière. Cela a été la première erreur. L'homme dans la voiture dans la voie que tu bloquais partiellement t'a fait signe de passer. Tu as voulu te dégager le plus rapidement possible de la voie… mais il faut toujours s'assurer que la seconde voie est libre… dit le policier.

— Mais j'ai regardé. Cette voie était libre… il n'y avait personne quand j'ai commencé à la traverser. Je crois que la fourgonnette a changé de voie pour dépasser en même temps que moi je la traversais, insistai-je.

— Il est possible que dans ce cas, les assurances mettent la responsabilité 75 % vs 25 %. Mais tu seras chargée quand même car si tu n'avais pas avancé trop près, l'accident ne se serait pas produit. Estime-toi chanceuse qu'il n'y ait pas eu de blessés, me dit-il en me tendant un billet de contravention.

Je rejoins mon conjoint en larmes. Je lui explique l'accident et la discussion avec le policier.

Au retour à la maison, je m'isole et pleure ensuite dans ma chambre pendant plusieurs heures. Et si ma fille n'avait pas ouvert les yeux et enfin pleuré… Toutes ces années à traverser le deuil et les douleurs pour que finalement je tue mon bébé, pratiquement nouveau-née. La culpabilité m'aurait rongée vivante. Serais-je devenue folle, dépressive ? L'anxiété me monte à la gorge au point de me couper le souffle.

Même en état d'éveil, je vois ce flash blanc et ressens comme cet impact de ma tête s'élançant sur le côté. Je revois les yeux fermés et le visage immobile de ma fille dans son petit siège et cet effroi de penser que je l'ai tuée.

— Tu es fâché contre moi ? demandai-je en pleurs à mon conjoint.

— Les accidents, ça arrive, dit-il d'un ton de soutien.

— Si j'avais tué notre fille… à…

— Ou toi, tu aurais pu aussi ne pas passer au travers, remarque mon conjoint.

Soudain, je me rends compte que ma vie a tenu à un fil. Telle une pendule qui oscille entre la vie et la mort. Pas une seconde, j'ai pensé que j'aurais pu en mourir. C'est davantage la culpabilité et la pensée que ma fille aurait pu mourir qui me tenaillent.

— Et aussi, quelques secondes plus tard, tu aurais pu perdre tes jambes et te trouver en chaise roulante. Vous êtes correctes toutes les deux, poursuit-il en me tenant contre lui. Tu es sous le choc, c'est normal.

Accusée

Le téléphone sonne.

— Bonjour, je suis chargée d'enquête pour les assurances. J'ai été avisée de votre accident. Avant de commencer à prendre votre témoignage, je dois vous aviser que notre appel est enregistré, explique l'agente.

Le jour de l'accident, était-ce à l'heure de pointe ? commence celle-ci.

— Oui, il commençait à y avoir du trafic.

— Quelles étaient les conditions météorologiques ? continua-t-elle.

— Sombres avec une pluie battante. La visibilité était réduite, lui dis-je.

— Que faisiez-vous juste avant l'accident ?

— Je suis allée dîner au restaurant avec ma sœur.

— Vous avez consommé de l'alcool ? demande-t-elle aussitôt.

— Non. Je n'avais pas consommé d'alcool.

— Comment l'accident s'est-il produit ?

— J'ai regardé à gauche. Les voitures étaient arrêtées à un feu rouge. J'ai regardé à droite. Il n'y avait personne. J'ai enlevé le pied des freins, ce qui a fait avancer doucement ma voiture. En retournant ma tête vers la gauche… le feu a tourné au vert et les voitures ont commencé à avancer. J'ai regardé dans le rétroviseur et il y avait des voitures derrière moi et je ne pouvais pas faire marche arrière. La voiture dans la première des deux voies s'est arrêtée et le

conducteur m'a fait signe de passer car je bloquais partiellement la voie… la deuxième voie étant libre, j'ai accéléré pour traverser les deux voies… mais en même temps, une fourgonnette blanche qui ne désirait pas ralentir, a changé de voie pour dépasser l'homme qui m'avait fait signe d'y aller… Et c'est la collision, lui expliquai-je.

— Je vous envoie une trousse que vous devrez remplir pour les soins suivant l'accident ; par exemple, physiothérapie, chiropractie.

— Je suis déjà suivie par un chiropraticien. Avant l'accident, j'avais eu une radiographie de progrès le mois passé, lui dis-je.

— Envoyez la radiographie du mois passé et une nouvelle afin de pouvoir bénéficier des deux mille dollars de soins alloués pour ce service, me dit la dame.

*

J'ai un ongle du pouce droit quasi décollé, quand j'ai tenté d'ouvrir la porte pendant l'accident. J'ai plusieurs ecchymoses sur mon corps, causées par les ceintures de sécurité. J'ai terriblement mal au dos, aux hanches et au cou.

J'appelle ma sœur et l'informe qu'elle peut, elle aussi, bénéficier de soins de chiropractie.

— J'ai mal au dos depuis plusieurs années. Mais c'est sûr que j'ai beaucoup plus mal en ce moment. J'ai aussi de nombreuses ecchymoses. J'ai fait un cauchemar de l'accident la nuit passée et je suis tombée en bas de mon lit, me dit ma sœur.

— Je me sens vraiment mal. Tu es fâchée contre moi ? lui demandai-je consumée par la culpabilité.

— Un accident est un accident, c'est pour cela qu'on l'appelle comme cela, me répond celle-ci.

*

Peu de temps après l'accident, je mets le siège-auto de ma fille au chemin pour les vidanges. Je suis les instructions d'écrire ACCIDENTÉ sur un gros morceau de boîte de carton. Je prends ensuite les ciseaux et découpe toutes les ceintures.

Ma sœur me prête le petit siège-auto que ma nièce n'utilise plus.

À la suite de l'accident, aussitôt que j'attache ma fille dans le petit siège-auto en coquille, elle pleure en panique sans arrêt. Cela m'empêche d'aller à mes

sorties habituelles. Tout mon corps se crispe quand je l'entends hurler. Je me culpabilise en me disant que j'ai définitivement traumatisé ma fille. Est-ce que cette position dans le siège lui rappelle l'accident ? Se sent-elle en danger, comme si elle étouffait, dans cette position ? Je suis aussi nerveuse de conduire. J'y vais en milieu de journée quand il fait très clair, très beau et qu'il y a peu de trafic.

Je commence à éviter les déplacements et à me sentir de plus en plus isolée.

Je me rends seulement à des rendez-vous médicaux.

Je vois mon chiropraticien. Par suite d'une nouvelle radiographie, on peut distinguer les dommages causés par l'accident. Je commence donc à envoyer ces reçus aux assurances. Ma sœur a également une évaluation chiropratique et commence aussi à bénéficier des soins d'après sinistre.

*

Les deux prochaines semaines, j'ai deux autres entretiens avec deux autres agentes des assurances, me posant les mêmes questions. Certainement, les assurances essaient de me prendre à mentir afin de ne pas payer pour une nouvelle voiture. Je me sens piégée par de fausses affirmations qu'elles déclarent pendant l'enquête.

— Donc, vous n'avez pas regardé à gauche et avez commencé à avancer.

— Non, ce n'est pas ce que j'ai dit. J'AI REGARGÉ, à gauche, et les voitures étaient arrêtées au feu rouge.

— Vous avez pris un verre d'alcool avec votre dîner avant d'embarquer dans votre voiture.

— Non, je n'ai PAS pris d'alcool.

Je me sens traitée comme une menteuse, une criminelle sur le banc des accusés. L'anxiété recommence à monter. Je m'imagine derrière les barreaux… pour avoir fait confiance à un homme galant qui m'a cédé la voie… et par malchance que la fourgonnette a dépassé dans la deuxième voie alors que je la traversais…

On essaie de m'incriminer dans des mensonges. Mais, elles n'ont pas réussi, car je dis la vérité.

*

Les *flashbacks* de l'accident surviennent le jour et des cauchemars s'ensuivent

la nuit.

Je commence à m'imaginer les pires scénarios. Si mon bébé était mort, mon conjoint me laisserait et ne me pardonnerait jamais d'avoir tué notre fille. Ma famille aurait-elle été brisée… ? L'anxiété augmente et j'hyperventile.

*

Ma sœur m'appelle.

— Il y a une dame des assurances qui n'arrête pas de me laisser des messages. J'ai retourné son appel. Elle m'a dit qu'elle est dans l'obligation de m'aviser de mes droits en tant que passager. Puisque tu as reçu un billet de contravention, et que j'ai des soins chiropratiques à la suite de l'accident, je peux entamer des poursuites criminelles envers toi vu que j'ai eu des blessures. J'ai décliné, bien sûr, me rassure ma sœur.

— Vraiment ! Des poursuites criminelles, lui répondis-je surprise et choquée.

Cela confirme ce pressentiment que les assurances me traitent comme une criminelle. Je me remémore les mots du policier : *Au moins, personne n'a été blessé*… Je m'imagine en cour de justice, condamnée pour des blessures graves ou mort causée par négligence. J'imagine qu'on me jette en prison et que je ne peux m'occuper de mon fils, de la honte de ma famille, de mon conjoint, des impacts que cela pourrait avoir sur l'exercice de mon emploi. Je dois remettre une preuve que je n'ai pas de dossier criminel pour le travail… Je me trouverais suspendue ? Mise à la porte ? Je sens l'anxiété monter au point d'hyperventiler. Ces pensées me hantent sans arrêt et augmentent mon sentiment de culpabilité. Je tente de me convaincre, comme mon conjoint et le policier l'ont fait : au moins, il n'y a personne de blessé. Tout le monde est correct…

*

Je raconte mon accident à plusieurs personnes et celles-ci ne cessent de répéter : *Il faut faire attention, il faut bien regarder.* Je ne cesse de leur répéter : *j'ai regardé avant de m'élancer… c'est l'autre voiture qui a changé de voie en même temps que moi… Il n'y aurait pas eu de collision. J'aurais été correcte. J'avais le temps d'y aller*… Ainsi, les gens croient que je suis coupable de négligence. Cela me frustre, me bouleverse et me châtie.

Et soudain, un déclic se fait dans ma tête. J'entends la voix de ma mère me

dire : *J'ai fait attention. J'ai regardé avant de m'élancer. C'est l'autre qui a changé de voie en même temps que moi. J'avais le temps d'y aller. Je me suis rendue sur la ligne blanche. J'aurais été correcte.*

Je reste bouche bée. Je viens de comprendre ce qui s'est passé dans la tête de ma mère. Ce qu'elle aurait dit et répété si elle avait survécu à son accident. À ce moment, je me sens en paix avec ma mère. Je murmure comme si elle était là devant moi : *Michou, je vais arrêter de te dire ces mots sans cesse… J'ai compris… Je vais cesser de te blâmer. Je te pardonne complètement l'accident. Je cesse de dire que si tu avais fait attention, tu serais encore là aujourd'hui*.

Contre toute logique et de manière imprévue, mon accident m'a fait comprendre l'accident de ma mère. Peut-être aurais-je continué de vivre dans la colère si je n'avais pas eu cet accident avec ma fille ?

Accidents entremêlés

Je rends visite à Grand-Maman à sa résidence de temps à autre lorsque je viens au village pour mes rendez-vous personnels. Je suis assise sur le lit, allaitant ma petite fille. Je lui explique mon accident et les difficultés que me font les assurances.

— Ouin, ça arrive vite les accidents, me dit-elle d'un ton calme.

— Par contre, j'ai comme eu une révélation par rapport à l'accident. Maman avait fait attention, elle avait regardé avant de traverser et elle était rendue de l'autre côté de la ligne blanche. Elle avait le temps et elle s'était rendue… et si l'autobus n'avait pas changé de voie, lui dis-je en gesticulant avec mes mains.

Elle me regarde attentivement, ayant comme un regard perplexe.

*

Quelques jours plus tard, Grand-Maman vient passer la fin de semaine avec nous au chalet.

On rediscute de Michou et de son accident.

Je fais un lien entre les deux situations qui sont semblables en expliquant la scène que j'imagine avec des gestes mimant la scène.

— Mais non, ce n'est pas comme ça du tout qu'est arrivé l'accident de votre mère, dit Grand-Maman.

— Quoi ?! disons-nous en chœur, ma sœur et moi.

— L'autobus arrivait complètement de l'autre côté…

— Hein… continuons-nous confuses.

Ça fait des centaines de fois que je m'imagine la scène de l'accident de cette façon dans les quatre dernières années.

— Quand je regardais de la fenêtre en attendant votre mère, l'accident n'était pas à la ligne blanche du terre-plein mais bien à la ligne blanche de la route. Elle avait complètement traversé, les quatre voies et le terre-plein. L'autobus n'arrivait pas de l'ouest mais bien de l'est, expliquait-elle à son tour avec des gestes.

Je ne suis pas certaine de comprendre. Je trouve un papier et refait un croquis vierge de l'hôpital, des quatre voies et du terre-plein et demande à ma grand-mère de m'indiquer tous les éléments de la scène.

N'aurais-je jamais eu cet accident.

N'aurais-je jamais eu cette conversation.

N'aurais-je jamais su la vérité sur le dernier moment de la vie de ma mère.

N'aurais-je jamais pardonné ma mère de ne pas avoir regardé et fait attention.

Ainsi soit-il.

*

Le temps s'écoule sans que j'entende parler des deux passagers de la fourgonnette. Ils ont peut-être eu des blessures mineures comme ma sœur et ont réclamé des soins d'après sinistre. Ils n'ont pas exercé le droit de mettre une charge criminelle contre moi. J'ai tellement mis le focus sur les conséquences que l'accident aurait pu avoir pour ma fille. Je n'avais pas pensé comment une blessure grave ou même la mort d'un de ces hommes aurait pu tout autant me mettre derrière les barreaux. Et leur famille en deuil aurait vécu ce choc et cette colère que j'ai vécue envers le conducteur de l'autobus pour l'accident de ma mère. Je serais devenue, pour une famille, la raison de la perte d'un être cher. Je vois des *flashbacks* de l'accident de ma mère causé par un conducteur d'autobus. Je me mets à trembler et à hyperventiler jusqu'aux larmes. C'est à cet instant que je ressens une sincère sympathie pour le conducteur d'autobus. Je l'imagine, lui aussi, hanté par le fantôme de ma mère. Je l'imagine avoir des *flashback* de cette femme traversant la rue, comme au ralenti, de ce réflexe inconscient, de sa

pensée : *oh, non, je vais la frapper*. De ce bang de l'impact et de la sensation de passer par-dessus une bosse sur le chemin. Son corps qui tremble au point de devoir recevoir un tranquillisant et d'être admis à l'hôpital. Du coup, je lui pardonne.

Toutes ces pensées me hantent, m'obsèdent et m'empêchent de trouver la paix. Des scènes de mon accident se mêlent à celui de ma mère. Je tente de taire ces scénarios dans ma tête, mais ils se faufilent dans mes cauchemars. Je suis punie par cet accident sans avoir besoin de faire face à un juge.

Ici, maintenant

2017.

Je termine les derniers moments de convalescence pour donner suite à ma quatrième opération et à l'écriture de ce texte.

En vous racontant mon histoire au cours des dernières semaines, je sens un fardeau de moins sur mes épaules. Je prends conscience qu'en marchant dans ma vie au cours des dernières années, je portais sur mes épaules un bagage lourd qui m'épuisait. En revisitant ces dix dernières années, j'ai pleuré les larmes qui étaient restées emprisonnées en moi tel un venin. J'ai eu des frissons qui ont hérissé les poils sur mes bras.

J'ai aussi pris conscience du chemin que j'ai parcouru, telle une narratrice parfois en relief de mes souvenirs. J'ai eu besoin de mes mécanismes de défense pour arriver à fonctionner, pour jouer le rôle le plus important de ma vie qui est celui d'être mère. Je me rends compte qu'aujourd'hui, ces défenses ne me sont plus utiles et il était temps que je sorte de la prison que je m'étais créée.

Ce parcours m'a permis de faire la paix avec mon passé et avec ma vie. Et à chaque fois que j'acceptais un moment, celui-ci se classait, doucement, à sa place dans mon passé sous forme de souvenir. Ainsi, chaque fois que je l'ai laissé à sa place, il ne se remettait plus dans ce bagage que je portais sur mon épaule. Je me sens plus libre, plus légère, ressourcée en force et en énergie. Je suis brave et forte. Les épreuves ne m'ont pas endurcie de haine mais m'ont fortifiée. Je peux tout surmonter… Je ne suis plus une victime. J'ai cette confiance en mon habileté d'affronter la douleur. Pas avec un esprit de combattante, mais avec celui d'une survivante.

J'accepte d'être moi. Moi, pour le meilleur et pour le pire. Il n'est pas réaliste

de s'ouvrir seulement aux bons moments de la vie. Les émotions difficiles sont là pour envoyer des messages très importants pour satisfaire mes besoins et ainsi trouver mon équilibre. Je suis de retour chez moi, dans mon corps. J'apprends à surmonter les vagues de mon océan. J'apprends à revivre en harmonie avec mon corps, avec mon Moi tout entier. Mon esprit logique-émotif-spirituel, physique. Je me suis reconstruite et j'accepte que je ne serai jamais comme avant car la vie nous pousse à grandir et à évoluer pour apprendre à s'adapter et survivre.

Ce n'est qu'un aurevoir

J'ai terminé mon texte et je regarde YouTube à la télé. Je sursaute en voyant dans les choix recommandés un documentaire sur une histoire vraie d'une femme qui a eu une grossesse molaire. Dans l'image, il y a un petit fœtus ressemblant à un mini-bébé miroir à grosse tête, tenu dans le creux de la main d'un homme. Mes yeux s'emplissent de larmes émues. Je visionne le documentaire qui explique qu'une grossesse molaire est formée lorsque des jumeaux identiques ne se forment pas bien. Les deux bébés se sont formés. Le bébé miroir est décédé dans l'utérus à six semaines de gestation et son jumeau a été mené à terme.

Soudain, je constate que ma réponse m'a été dévoilée et confirme la conviction que je n'ai pas seulement un petit ange au Ciel mais bien trois.

Je crois maintenant que je n'ai pas souffert pour rien car mes trois petits anges ont été conçus et m'attendent dans l'autre vie. Je réalise aussi que je n'aurais pas eu ma fille si un de ces bébés avait vu le jour sur Terre. Mais tel n'était pas le destin et c'est ma fille qui devait venir compléter notre famille terrestre. Je ne peux m'imaginer ma vie sans elle, je ne la changerais pour rien au monde.

Je me lève du sofa et prends la chandelle commémorative avec la photo de ma mère.

Je regarde le chandelier au centre de la table. Il y a quatre petites chandelles formant une balance. J'allume la bougie de la petite chandelle ampoule commémorative.

Je prends un briquet et allume la première chandelle.

— Pour toi, Maman, dis-je en m'adressant à sa photo sur la bougie.

Je pleure et d'une voix tremblante, je poursuis en allumant une seconde chandelle :

— Pour toi, Emmanuel(le)…

— Pour toi, Gabriel(le) dis-je en allumant la prochaine chandelle.

— Pour toi, Raphael(le), continuai-je en allumant la dernière chandelle.

Je fixe les quatre petites chandelles dont les flammes oscillent. Je pleure, émue, dans la pièce sombre.

Quatre chandelles dont celle commémorative de ma mère.

— Je suis certaine que vous êtes là. Êtes-vous seul(e)s ? Avez-vous retrouvé votre Grand-Maman Michou ?

Je prends une pause en soupirant.

— Michou, si tu n'as pas trois petits anges avec toi, pars à leur recherche. Mes deux petits anges dont l'existence était niée… Ils sont là, deux pareils, gros comme des papillons. Approche-toi d'eux et demande-leur leurs noms. S'ils te répondent Gabriel(le), Raphaël(le), introduis-toi. Dis-leur que tu es leur grand-mère et que leur mère t'envoie les chercher. Tu les prendras sous tes ailes, littéralement, sous tes ailes d'ange. Maintenant, tu auras trois petits-enfants-anges.

Je sursaute consternée. Une idée me frappe. Ma mère attendait trois petits-enfants lors de son accident… Et voilà que je lui donne trois petits-enfants-anges dans l'autre monde ! Peut-être fallait-il cela pour que l'âme de ma mère soit en paix ? Qu'elle accepte son passage dans l'au-delà pour assumer son rôle de grand-mère auprès de ces trois petits-enfants-anges de sa fille qui ne peut s'occuper d'eux puisque le monde physique l'en empêche. Peut-être que maintenant, tu accepteras ton sort et ton passage dans l'autre monde. Peut-être pouvons-nous tous être en paix maintenant.

— Maman, voici mes trois petits anges, les trois petits que tu attendais tant avant ton accident, dis-je en regardant les chandelles osciller. Je t'ai souvent dit que tu aurais dû être là sur Terre, pour m'aider avec toutes ces épreuves. Je ne t'ai pas laissé partir en paix. Que ton âme soit en paix. Va vers la lumière avec eux. Je vous rejoindrai lorsque mon temps sera venu. Je vous aime et vous porte dans mon cœur pour toujours.

Je pleure en silence, en hommage, en réflexion profonde dans mon âme qui vient de trouver une nouvelle lumière.

J’hésite à souffler ces quatre chandelles que je fixe comme en transe.

— Je vous aime mais je dois prendre soin des deux enfants que j’ai et des êtres chers qui sont ici avec moi sur Terre. J’ai encore beaucoup à faire ici. Je souffle finalement les chandelles et murmure : *Ce n’est qu’un Au Revoir*.

FIN

Table des matières

L’annonce

Les douleurs

La vie va trop vite !

Traumas

Ma fatigue chronique

Mon rêve d’adolescente

Le pardon

Convalescence

La plus belle année à venir

La veille de l’accident

L’accident

L’enquête

Ce qu’il y a de mieux

Les fleurs

Vivante dans nos souvenirs

Exposition au salon

Funérailles

Le ménage

La fuite au chalet

Casse-tête

Entre deux mondes

Fête des mères

Le bébé avant tout !

L’accouchement

Postpartum

État de survie

Coliques

La sauce à spaghetti

Symbiose

Le bébé sauveur

Fête au chalet

Le répondeur

Pilote automatique

L’accouchement de ma sœur

Sans notre mère

Retour au travail

Une autre vie

Premier Noël sans toi

Absent au Jour de l’an

Deuxième bébé

Californie

Spotting

En ton honneur

Le bébé invisible

Le Croup

La course pour tomber enceinte

Le choix impossible

Mon devoir de grande sœur

Naissance

Obsession

Horreur

Avortement provoqué

Colère en boule de neige

La perte du sentiment de sécurité

L’aile des naissances

À contre-courant

Rechute

Deuil de la famille parfaite
Messages subtils
Couper court
Je ne prendrais pas ta place
La surprise
Le déni de la grossesse attendue
Grossesse synonyme de danger
Interdiction à l'excitation
La petite graine est semée
Blocage
La petite sœur attendue
Tant que tu ne seras pas dans mes bras
Symptômes
Trop tôt !
Autre jaunisse !
La routine et l'école
Pendule de la vie et de la mort
Accusée
Accidents entremêlés
Ici, maintenant
Ce n'est qu'un aurevoir